# 与神对话（全五卷）

[美] 尼尔·唐纳德·沃尔什 著　李继宏 译




果麦文化
GUOMAI Culture

VISIT...

LANZAROTE
Caliente.com

# 总目录

与神对话1

与神对话2

与神对话3

与神为友

与神合一

# 目录

导读
前言
Chapter 01
Chapter 02
Chapter 03
Chapter 04
Chapter 05
Chapter 06
Chapter 07
Chapter 08
Chapter 09
Chapter 10
Chapter 11
Chapter 12
Chapter 13
Chapter 14
致谢

# 与神对话 1

[美]尼尔·唐纳德·沃尔什 著
李继宏 译
江西人民出版社

图书在版编目（ＣＩＰ）数据
与神对话. 1 / (美) 沃尔什著；李继宏译. -- 南昌：江西人民出版社, 2015.4
ISBN 978-7-210-07197-6
I. ①与… II. ①沃… ②李… III. ①人生观 - 通俗读物 IV. ①B821-49
中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第072877号

著作权合同登记号：图字14—2015—071号
All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form. This edition published by arrangement with G.P.Putnam’s Sons, a member of Penguin Group (USA) LLC, a Penguin Random House Company, arranged through Andrew Nurnberg Associates International Ltd.

与神对话. 1
尼尔·唐纳德·沃尔什/著
责任编辑/王华
出版发行/江西人民出版社
印刷/北京鹏润伟业印刷有限公司
版次/2015年5月第1版
2015年5月第1次印刷
开本/880毫米×1230毫米 1/32 印张9
字数/220千字
书号/ISBN 978-7-210-07197-6
定价/48.00元

赣版权登字**—01—2015—186**
版权所有 侵权必究

# 导读

六年前，我几乎每天都在焦虑中醒来。表面的原因是经济上的捉襟见肘。我已经在前一年（也就是2007年）成为所谓的自由职业者，以翻译和写作为生。正如大家所知道的，这碗饭并不容易吃，稿酬原本就微薄，付款方还经常以各种理由拖欠。我对物质的要求固然很低，但生活在百物昂贵的上海，兼要履行部分赡养家人的责任，所以总是感到入不敷出。更深的原因是生活上的彷徨挣扎。当时我已近而立之年，大学毕业后浪迹沪上数载，先后换过几份工作，却始终不如意，最后干脆辞职了事。然而自由职业这条路很少有人走，我缺乏可以借鉴的例子，并不知道未来会怎样，日常难免兴起“读书击剑两无成”的悲叹。

就是在这样的窘境中，有位相识多年的朋友在外面吃饭的时候问我：“你替出版社翻译那么多畅销书，拿到的钱却很少，何不考虑自己做出版？”我想这是个值得尝试的选择。这位朋友说，他看过一本叫做《与神对话》的书，觉得非常好，提议将其作为我们公司的第一个产品。我回家后在网上找到这本书的英文原版，瞄了几眼之后大为震惊，随即迫不及待地连夜读完。这次阅读立竿见影地治愈了我的焦虑，以及其他诸如怀才不遇、自怨自艾、愤世嫉俗等负面情绪。因为《与神对话》让我顿悟，原来我的生活如此困顿，并非由于上面提到的两个原因，而是别有其他可以通过扭转自己的认识而消除的根源。

说起来真是机缘巧合，大陆每年出版的翻译图书数以万计，众多出版机构为了获得外国——尤其是英美——畅销书的权利不惜抢破头，但唐纳德·尼尔·沃尔什这部曾经雄踞《纽约时报》畅销书排行榜137周、在美国销量高达数百万册的代表作在国内竟然无人问津。那位朋友与我合伙注册的公司幸运地买下了中文简体字版权，我翻译的版本顺利通过政府部门审查，顺利在2009年夏天和读者见面。

《与神对话》出版以后，我收到许多熟悉朋友和陌生读者的反

馈。有些人和我的经验相似，发现他们的负面情绪在阅读以后烟消云散；有些人说他们和恋人、家人、朋友的关系得到了改善；有些人甚至说这本书彻底改变了他们的生活——当然是好的改变。但是我国数十年来推行的无神论教育让更多的人对书名产生了怀疑，他们想知道这是不是一本枯燥无趣的宗教类图书。答案有简单的，也有复杂的。简单的答案是，你可以说它是宗教类图书，但前提是这里所说的并非传统意义上的宗教。复杂的答案则要从宗教的定义和历史演变说起。

宗教很可能是最难以厘清的词汇，但是总的来说，宗教是某个地区的人民共同拥有的宇宙观、世界观和人生观的总和。宗教试图回答的是三个终极谜团：宇宙到底是怎么来的？世界应该是哪个样子？人们活着究竟是为了什么？其他所有疑问可以说都是从这三个谜团派生出来的。生活在不同地区的民族，最初由于客观环境的差别，对这些问题产生了不同的看法，在此基础上形成了不同的宗教。各种宗教观念影响了各个民族的历史，这反过来又强化了不同宗教的差异。古代交通不便，世界各地的交流困难而且稀少，所以几个主要宗教之间的区别是很大的，比如欧洲的基督教、中东地区的伊斯兰教、亚洲南部的印度教和佛教，以及中国的民间宗教，它们在组织形式和基本教义都有很大的不同。当然，国与国的人员商贸往来已有数千年历史，曾经在著名的丝绸之路上流通的，不仅是有色有相的货物，还有无形无状的思想观念，所以今天的学者发现，其实东西方宗教有颇多相通之处。

1492年，哥伦布“发现”美洲，人类自此拥有“全球”的观念，随之而至的是“哥伦布大交换”：人口、动物、植物、思想文化甚至包括传染病在非洲、欧洲和美洲之间的大规模流动。到了19世纪，欧洲国家凭借工业革命建立起来的经济与暴力优势，在世界各地实施殖民统治，开启了迄今尚未完成的现代全球化进程。在这个进程中，各种宗教观念开始相互渗透。比如说在18世纪，基督教传入中国，而伏尔泰等众多欧洲知识分子则以阅读和引用儒家的经典作品为荣。接触到其他宗教思想之后，常见的反应有两种。一种是将其目为异端邪说，进行口诛笔伐，甚至大肆迫害信仰其他宗教的人，欧洲历史上的十字军东征即是例证。另外一种是借机反思，看看自己信奉的宗教有哪些合

理之处，又有哪些不合理的地方。所幸的是，第一种反应变得越来越少。尽管时至今日，宗教间的冲突乃至战争仍然时有发生，但宗教融合早就成为现代社会不可阻挡的趋势；并且种种迹象表明，传统宗教的式微至少在欧美等发达国家已经是无可否认的事实。

社会学家往往将传统宗教的衰落归因于现代社会的世俗化，但细究起来，根本原因在于抱残守缺的宗教思想并不能够为现代人提供宇宙观、世界观和人生观的指导。比如说美国宇航局在1977年发射的“旅行者1号”探测器已经飞出太阳系，某个生活在两千多年前的耶路撒冷的古人如何能够指点我们去认识宇宙？比如说在今日的中国，部分由于计划生育政策的推行，核心家庭已经取代宗族成为社会的基本单位，我们又怎能照搬孔子在春秋末期提出的人际关系理论？

西方——尤其是美国——许多有识之士很早便意识到今非昔比，传统宗教的某些理论在其赖以成长的土壤不复存在以后，已经丧失了有效性。他们致力于打破原有的宗教藩篱，广泛吸取神学、哲学、社会学、人类学等诸多学科的智慧，融合自然科学的研究成果，提出一种全新的、适合现代社会的宇宙观、世界观和人生观。这些人的共同努力促成了新时代运动的诞生。

新时代运动发端于19世纪，真正兴起则是在20世纪60年代，迄今方兴未艾。新时代思想否定传统宗教意义上的神、佛或者上帝，它从犹太教、基督教、佛教、道教等主流宗教中吸取精华，并结合泛神论、无神论的学说，提出了整体主义宇宙观、世界观和人生观。经过百余年的发展，新时代思想日趋成熟，在20世纪下半叶出现了几部极具影响力的经典代表作，包括珍·罗伯特的《塞斯资料》、海伦·舒曼的《奇迹课程》和詹姆斯·雷德菲尔德的《塞莱斯庭预言》等，尼尔·唐纳德·沃尔什在1995年出版的《与神对话》更是其中的翘楚，清晰地、全面地阐释了整个新时代的思想体系。

尼尔·唐纳德·沃尔什1943年生于美国中部小城密尔沃基，十七岁考上了该市的威斯康星大学。念完大二之后，沃尔什厌倦了学校提供的教育，于是辍学，离乡背井，南下马里兰州安纳波利斯市，在某家

小型广播电台上班，当时他才十九岁。

随后那些年，凭借聪明才智和不懈努力，没有学历和背景的沃尔什在异乡闯出了新的天地，他先是成为广播电台的节目导播，后来改行到平面媒体，成为当地颇有影响力的记者。但他并没有眷恋日趋安稳的工作，几年后毅然再次改行，到美国最大的公立学校系统担任公共信息官员。后来他离开马里兰州，迁居美国西海岸的俄勒冈州，创办自己的公关公司。虽然在事业上似乎一帆风顺，但沃尔什的个人生活却遇到很多波折，曾经有一场大火将他的财产全部吞噬，而且导致他先后三次更换工作行业的，其实是三次失败的婚姻。创办公司之后，沃尔什第四次结婚，总共生下九个子女。沉重的家庭压力使他不得不辛勤工作，甚至付出了健康状况逐渐恶化的代价。

到俄勒冈州的最初几年，沃尔什过着典型的美国中产阶级生活：拥有温暖的家庭和不菲的收入。然而命运似乎总在和沃尔什开玩笑。就在他的生意渐有起色的时候，他出了严重的车祸，差点死于非命。脖子骨折的他大难不死，但花了整整一年时间才康复。出院后，沃尔什发现公司已经倒闭，失去收入来源的直接后果是生活质量急剧下降，从而引发了不可调和的家庭矛盾。这次沃尔什面对的不仅仅是第四次失败的婚姻，还有严重的生活问题：搬出曾经的家之后不到几个月，年过四十岁的他身无分文，只能在俄勒冈州的杰克逊温泉公园露宿，依靠捡易拉罐换来的钱和好心路人的施舍过日子。

如此沉重的打击并没有摧毁沃尔什对生活的信心，他振作起来，戏剧性地在某个广播电台找到了兼职，重新走上了年轻时走过的道路：靠着自己的能力和勤奋的态度，他很快转为正式员工，最终成为该电台的节目主持人。

他曾见过底层的生活，他曾餐风露宿，但现在他似乎又走在人生的正途。然而，沃尔什再次感到生活的空虚。1992年春天，他陷入了深深的绝望，不知道自己何以会遭遇那么多的挫折和痛苦。那年2月某日，沃尔什午夜梦回，给神写了一封信。“我的人生为什么如此失败？”他用圆珠笔在黄色便笺本上愤怒地写道。

后来的事情众所皆知：这封质疑的信得到了神圣的回答。根据沃尔什自己的说法，他听到一个温柔而和蔼、温暖而充满爱意的声音，回答了这个和其他问题。他感到震惊而又豁然贯通，匆匆把答案写在纸上。他的提问持续了三年，1995年，他把部分抄录下来的答案付梓，就是这本备受欢迎的《与神对话》。

对于尼尔·唐纳德·沃尔什这种说法，深信不疑者有之，斥之为骗子者亦有之。但所有看过这本书的人，无不为它的睿智而折服，为它的爱心而感动，为它的幽默而微笑。那么，《与神对话》到底是本什么样的书呢？

虽然书名带有很浓郁的宗教色彩，《与神对话》却不属于任何传统宗教，而是博采众多宗教和哲学流派所长，兼收自然科学的成果，提出一个完整的思想体系。比如书中对宇宙起源的解释，便完美地融合了现代物理学的宇宙大爆炸理论和《道德经》中“道生一，一生二，二生三，三生万物”的观点。书中的“神”认为感觉比知识更加可靠，日内瓦哲学家卢梭也曾提出类似的观点。“神”指出，灵魂的最终目的是达到神的境界，我们能够在古印度的《薄迦梵歌》中看到同类的观点。“神”说现实是意志创造的表象，稍微有哲学常识的人都知道叔本华的成名作是《作为意志和表象的世界》。“神”提出万物皆神的观点，印度教和斯宾诺莎也有与此一致的看法。

但《与神对话》最吸引人的地方，或者说最了不起之处，在于它用通俗优美的语言，提供了全新的世界观和人生观。当今社会的物质生活虽然极其丰富，但现代人并不比古代人更加快乐，或者说现代的富人往往未必比穷人更加快乐，对此心理学、社会学乃至脑神经科学都提出了很多解释，但是它们都没有“神”说得透彻明白：

世界上的钱不够多，时间不够多，爱情不够多，食物、水和同情不够多……总之好东西统统不够多。人类特有的这种“不够”意识创造和反复创造了你如今看到的这个世界。

《与神对话》不但提供可行的建议让读者消弭这种有害的消费主义意识，还一针见血地指出现代人的愤怒、忧愁与怨憎的来源：过度

的个体主义造成的受害者心态。在当代社会，尤其是在西方发达国家，个人主义的发展使得个体和社会处在对立的两端，许多人自然而然地将个人的不幸归咎于社会和政府，面对世界的不完美往往只顾怨天尤人。但是“神”指出，唯有意识到你对这个世界的现状负有责任，你才有能力去部分地改变它：

世界以目前的方式存在，是因为你们选择了让它这样。……你们可以选择在明日结束砍伐你们的雨林。你们可以选择不再消耗笼罩你们的星球的保护层。你们可以选择中断对地球精妙生态系统的持续攻击。……你们同样可以在明日就停止所有战争。那是简单而容易的事。那只需要——向来只需要——你们全部人同意就行了。然而，如果你们连一致同意停止相互残杀这么简单的事情都做不到，又怎能挥舞拳头呼唤上苍来整理你们的生活？

现代人痛苦的部分根源还在于社会的压力。众多道德观念、制度规范都会对个体施加约束，但这并不是个人焦虑感的来源。个人的焦灼更多地来自人与人之间的相互比较和相互指责。书中的“神”说：

别妒忌成功，别怜悯失败，因为你不知道在灵魂的权衡中，什么算成功，什么算失败。遇事别称其为灾难或欢乐，除非你已确定或见证它的用途。因为，如果死拯救了数以千计的生命，它还能被称为灾难吗？如果生只带来悲哀，它还能被称为欢乐吗？然而就算连这个你也别去判断，你永远走你的路，同时允许别人走他们的路就可以了。

由于这套书精彩的内容实在是太多，这里就不多摘录了。总而言之，《与神对话》三部曲的第一卷处理的是人生观问题，第二卷应对的是世界观问题，第三卷则试图解答宇宙观问题，它们共同构建了完整的新时代思想体系。这个思想体系可以概括为如下三个要点：1.我们所有人是一体；2.一切皆已足够；3.没有我们必须做的事情。关于这三个要点的具体阐释，以及如何在生活中将它们付诸实践，就留待诸君亲自在阅读中体会吧。

我对诸君有个小小的请求和建议。尼尔·唐纳德·沃尔什宣称这套书是他和神的对话，我知道这个说法引起了许多人的反感，他们因而

带着抵触去看这部作品。我请求你们暂时忽略这个问题，抱着开放的心态去阅读。如果你们实在纠结于沃尔什与神的对话是否真的存在，我建议你们把这个说法当成小说的情节，毕竟在小说里，比这更让人难以置信的说法多的是。读完这套书以后，你们将会明白作者是能够自圆其说的。

读书其实也是讲缘分的。正如沃尔什反复强调的，这部作品只会在完美的时间，以完美的方式出现在你们的生活里。假如感到读不进去，无妨暂时放下，或许在别的时间，会有别的心境，能够让你们接受这种全新的宇宙观、世界观和人生观。

我衷心祝福那样的时间和心境早点到来，因为我知道，真正地读完这套书以后，你们将会像我一样，时刻生活在爱、欢乐和感恩里。

李继宏
2014年3月29日
lijihong@hotmail.com

献给

安妮·**M.**沃尔什

她不仅教我认识神的存在，

还让我的精神明白神奇的真相：

神是我最好的朋友；

对我来说，她不仅是母亲，

而且在我体内诞生出

对神和所有良善的

渴望和热爱；

妈妈是

我与天使的

第一次相遇。

以及献给

阿历克斯·M.沃尔什

他在我的生活里反复地对我说，

“这没有关系”，

“你不必将拒绝当作最终的答案”，

“你自己照顾自己吧”，

和

“会有更多的钱可以赚”。

爸爸是

我对无畏的

第一次经验。

# 前言

你将要拥有非凡的经验。你将要与神进行对话。是的，是的。我知道……那是不可能的。你可能会认为（或者曾经被教导）那是不可能的 。人们可以对神说话，这没问题，但不能与神交谈 。我想说的是，神不会对你说话 ，是吧？至少不会以这种普通的、日常的交谈形式！

从前我也曾经这么想过。然后这本书遇到了我。我是说真的。这本书不是由我 写出来的，是它遇到了我。当你阅读它的时候，它也将会遇到你，因为我们都被引领到我们准备好认识的真相前 。

如果我对所有这些保持沉默，我的生活可能会轻松很多。然而它遇到我，并非要我对它保持沉默。不管这本书可能给我带来什么麻烦（比如说被称为神棍、骗子、没有亲身实践过这些真理的伪君子，或者——也许这更糟糕——圣人），现在我已经不可能停止这个进程。我也不希望停止。我曾经有许多机会可以抛开这整本书，可是我没有利用它们。我已经决定了，关于这本书，我要听从的是我的本能对我说的话，而非世上大多数人将会对我说的话。

我的本能说，这本书并非胡言乱语，亦非沮丧的灵性想象力的过度发挥，更非某个为混乱的生活寻找借口的男人的自我辩护。我想过所有这些事情——每件事情。所以我把这份材料给几个人看，当时它仍是手稿而已。他们深受感动。他们潸然泪下。他们为其中的欢乐和幽默而哈哈大笑。他们的生活，他们说，发生了变化。他们感到震惊。他们获得力量。

许多人说他们被改变了。

那时我才知道，这本书是给每个人看的，它必须得到出版；因为这是神赐的美妙礼物，要送给所有那些真正想得到答案和真正关心问题的人，要送给所有那些带着真诚的心、渴望的灵魂和开放的精神追

求真相的人。那几乎等于我们所有人 。

这本书讨论了绝大多数（就算不是全部）我们曾经提出的问题，涉及到生活和爱、目标和功能、人们和关系、善和恶、罪行和原罪、宽恕和救赎、通往神的道路和通往地狱的途径……等等一切。它直接讨论了性、权力、金钱、子女、姻缘、离婚、工作、健康、前世、来生……等等一切 。它探讨了战争与和平、认识与无知、给予与索取、欢乐与悲哀。它关注具体与抽象、有形与无形、真相与谬误。

你可以说这本书是“神对事物的最新看法”，不过有些人可能难以接受这种看法，如果他们认为神差不多在两千年前就停止说话，抑或认为神就算继续跟人交流，也只跟圣人、女巫医，或者打坐三十年的人，或者行善二十年的人，或者至少有十年行为端正的人（我不属于以上任何一类人），那么他们就会更难以接受这种看法。

实际情况是，神说话的对象是所有人。好人和坏人。圣徒和恶棍。当然也包括我们所有这些处于中间的人。比如说你。神以许多方式进入你的生活，这本书便是其中一种方式。有句老话是“当学生准备好的时候，教师自然会出现”，难道你不曾听过许多次吗？这本书就是我们的老师。

这份材料开始与我相遇之后不久，我就知道我正在与神对话。直接地，私下地。毋庸置疑地。而且我也知道，神正在直接依据我的理解能力来回答我的问题。也就是说，神用他认为我能够理解的方法和语言来回答我的问题。所以本书的绝大部分文字十分浅近，偶尔也会出现我从其他来源和我从前的经验收集而来的引语。现在我明白，我在生活中遇到的一切均源自神　　，现在这一切被汇集起来，被收到一起，奇妙而完整地回答了我曾有过 的每个问题。

在对话进行到某个阶段的时候，我意识到一本书正在被写出来——这是一本注定要出版的书。实际上，在这次对话的稍后阶段（在1993年2月），我被专门告知，实际上将会有三本书被写出来，而且：

1. 第一卷主要处理个人话题，关注个人在生活中遇到的困难和机会。
2. 第二卷将会处理全球性的地缘政治话题、这个星球上的精神生活，以及当今世界面临的困境。
3. 第三卷将会处理最高级别的宇宙真相，以及灵魂的艰巨任务和机会。

本书是这些书的第一卷，完成于1993年2月。我想说明的是，当我用手抄下这份对话录的时候，我给我觉得需要特别强调——仿佛神用着重的语气说出——的字词或句子画出下划线或者圈上圆圈，这些后来被打字机的黑体字取代了。

现在我需要说的是，将本书包含的智慧读了又读之后，我为自己的生活感到深深的羞愧，在从前的生活中，我曾犯下许多错误和罪行，有过一些非常可耻的行为，做过一些我敢肯定别人觉得伤心和不可原谅的决定和选择。我为学到那么多教训而怀着难以言喻的感激，虽然我极其后悔它们是通过别人的痛苦而学到的；我发现仍 有许多教训等着我去吸取，因为我在生活中还将会遇到许多人。我为学得慢而向每个人道歉。然而神鼓励我宽恕我的失败，鼓励我别生活在恐惧和愧疚之中，而是永远尝试——不停地尝试——过上更美满的生活。

我知道那是神希望我们所有人去做的。

尼尔·唐纳德·沃尔什
俄勒冈州中点市
1994年圣诞节

# Chapter 01

1992年春天，我记得是在复活节前后，我的生活中出现了超凡的现象。神开始与你对话。通过我。

容我解释。

那段日子我非常难过，生活、工作和感情均不如意，我觉得我的人生真是彻头彻尾的失败。当时我有个养成多年的习惯，就是把我的想法写到通常不会寄出的信里，所以我拿起我信赖的黄色便笺本，开始倾吐我的感受。

这次我想，与其再次把信写给又一个我认为令我受苦的人，倒不如找到根源，直截了当地把信写给最应该为我的悲惨负责的那位。我决定写信给神。

那是一封怨毒、激愤的信，写满了困惑、痛苦和咒骂。以及许多愤怒的问题。

我的人生为什么如此失败？要怎样才能获得成功？为什么我在与他人的交往中找不到快乐？难道我将要永远穷下去吗？最后，也是我最想问的，我究竟做错了什么，活该过着这样潦倒凄凉的人生？

让我吃惊的是，就在我草草写下最后几个怨恨的、没有答案的问题，准备把钢笔扔开的时候，我的手依然摆在纸上，仿佛受到某种无形力量的控制。突然之间，钢笔开始自行移动起来。我并不知道我将要写些什么，但似乎有个念头渐渐浮现，所以我决定顺着它。写出来的是：

你真的想知道所有这些问题的答案吗？或者只是在发泄而已？

我眨了眨眼……然后我想到了怎么回答。我把答案也写下来。

都是。我是在发泄，但如果这些问题有答案，我当然愿意知道，就算他妈的下地狱也愿意！

看来你愿意为许多事情……下地狱呢。可是难道“上天堂 ”不更好吗？

我写道：

这句话是什么意思？

尚未明白怎么回事的我便这样开始了对话……我并非在创作，而是做笔录。

笔录持续了三年，那时我还不清楚结局会怎样。我写在纸上那些问题的答案是我未曾想过的，直到我把问题完整地写出来，并且清空了自己的头脑。那些答案来得很迅捷，比我正常写字的速度要快，所以我只好龙飞凤舞地匆匆赶上。每当我感到疑惑，或者不再有那些话语来自别处的感觉，我便会搁笔走开，中断对话；直到再次感受到神的启发——请原谅我这么说，唯有这么说才是贴切恰当的——我才会回到黄色便笺本之前，重新开始抄写。

就在我写下这些文字的时候，对话仍在继续。对话的大部分内容都被记录进本书的册页……这些册页记载着一次令人吃惊的对话，起初我不敢相信这次对话是真的，后来又认为它对我个人而言很有价值。但现在我明白了，它的内容不只是给我看的，也是给你和其他遇到这本书的人看的。原因在于，我的问题就是你的问题。

我希望你能够尽早进入这次对话，因为在这里，真正重要的不是我的故事，而是你的故事。将你带到这里的，正是你的人生故事。与这本书有关的，正是你的人生经历。否则你便不会在这里，捧着它，就在此刻。

所以让我们进入对话吧，先来提一个我早就想知道的问题：神以什么样的方式、和什么人交谈？当我提出这个疑惑，我得到的答案是这样的：

我跟所有人交谈。无时无刻。问题不在于我和谁交谈，而在于谁愿意听呢？

我百思不得其解，所以请求神解释清楚。神说了如下的话：

首先，我们别用“交谈”这个词，用“交流”来取代它。这个词更好，它的含义更丰富，也更准确。如果我们试图彼此交谈——我对你说，你对我说，我们便会受到话语的束缚，这种束缚之大，是令人难以相信的。基于这样的缘故，我并不单独用话语来交流。实际上，我很少这么做。我最常见的交流方式是通过感受 。

感受是灵魂的语言。

如果你想知道你对某些事物的真实看法，那么你应该看看你对它有什么样的感受 。

人有时候很难发现自己的各种感受，而且经常出现的情况是，要承认这些感受的难度更大。然而隐藏在你最深的感受中的，却是你最高的真相。

关键在于体会到这些感受。我可以告诉你方法。当然啦，这也得你愿意才行。

我告诉神我当然愿意，但此刻我更愿意神完整地、详细地回答我第一个问题。于是神说：

我也用思维 交流。思维和感受并不相同，虽然它们能同时出现。在用思维进行交流的过程中，我通常使用形象和图像。由于这个原因，思维是远比单纯的话语更有效的交流工具。

除了感受和思维，我还把经验 这种载体当成重要的交流仪。

最后，如果感受、思维和经验统统无效，那我就会用话语 。话语真的是效率最低的交流仪。它们最容易招来错误的解释，最容易令人误会。

原因在哪里呢？这跟话语的本质有关。话语仅是声浪而已：它们是表达感受、思维和经验的噪音 。它们是符号。标记。标志。它们不是真相。它们不是真正的东西。

话语也许能帮助你理解某些事物。经验容许你去认识。然而有些事情是你经验不到的。所以我赐予你其他的认识工具。这些工具叫做感受。也有些叫做思维。

喏，最讽刺的事情出现了，那就是你太过重视神的话语，而毫不重视经验。

实际上，你十分蔑视经验，乃至当你经验 到的神不同于你所听到的神时，你自然而然地抛弃经验，拥抱话语 ，可原本应该是反过来才对。

你对某件事物的经验和感受代表着你对该事物的实际和本能认识。话语只能寻求表现出 你的认识，而且经常混淆 你的认识。

这些都是我用来交流的工具，然而它们却不是交流的方法，因为并非所有的感受、所有的思维、所有的经验和所有的话语都来自我 。

许多话语是别人借着我的名义说出来的。许多思维和感受被引发的原因并非是我直接创造出来的。许多经验来自这些话语、思维和感受。

难题在于如何辨别。区别来自神的信息和其他来源的消息并非易事。不过只要应用一个基本原则，这样的区分就可以很简单。这个原则就是：

我的信息永远是你最高级的思维、最清晰的话语、最美好的感受。别的则来自其他的根源。

现在辨别这个任务就变得很简单了，因为就算是对于刚入学的学生而言，辨认最高级的、最清晰的、最美好的也应该不难。

然而我将会给你这些指示：

最高级的思维永远是包含了欢乐的思维。最清晰的话语永远是包含了真相的话语。最美好的感受是你称之为爱的感受。

欢乐、真相、爱。

这三者是可以相互替换的，它们之间永远是互通的。无论它们的次序如何。

拥有这些指示，确定了哪些信息来自我，哪些来自其他根源之后，唯一剩下的问题就是我的信息是否会引起注意。

我的绝大多数信息并没有引起注意。有些是因为好得不像是真的。也有些是因为似乎难以遵从。更多的仅仅是因为遭到误解。大多数是因为没有被领受到。

我最得力的信使是经验，然而你连它也置之不理。你居然对它置之不理。

假如你曾经聆听你的经验，你的世界肯定不是现在这副样子。不倾听经验造成的后果是，你不断地重复体验到它，一次又一次。因为我决心要做的事不可以受到阻挠，我的旨意不可以被忽略。你将会领受我的信息。迟早的问题。

然而，我不会逼你。我不会胁迫你。因为我赐予你自由的意志——选择你想做的事情的力量——我永远不会将它从你身上夺走。永远不会。

所以我将会不停地、反复地将相同的信息发送给你，历尽千秋万载，让这些信息充斥于你所在宇宙的每个角落。我无休无止地将我的信息发送给你，直到你领受了它们，紧紧地拥抱它们，称它们为你自己的信息。

我的信息将会以百种形式、在千般时刻、贯穿亿万年而来。只要

真心倾听，你便不可能错过它们。真的听到之后，你便不可能忽略它们。然后我们才能开始真诚的交流。因为从前你只是对我说话，朝我祈祷，与我交涉，向我哀求。而如今我可以回答你，甚至以现在这样的方式。

我怎么知道这次交流来自神呢？我怎么知道这不是我自己的想象呢？

那有什么区别呢？ 我能操控任何事情，包括你的想象，难道你还不明白吗？我能够在任何时刻，完全根据当前的心意，使用一种或多种工具，恰到好处地带给你正确的思维、话语或者感受。

你将会明白这些话语来自我，因为你，光凭你本人的能力，绝不可能说得如此清楚。要是你已经能够将这些问题说得如此清楚，你就不会不停地追问它们。

神与谁交流呢？会与什么特别的人吗？会在什么特别的时刻吗？

所有人都是特别的，所有时刻都是金色的。没有人，也没有时刻比别的人或者时刻更加特别。许多人选择了相信神只与特别的人、以特别的方式交流。大多数人因此而认为他们没有责任去聆听我的信息，更没有责任去领受它 （这是另外一回事），并且将完全信任别人所说的话。你确实没有必要倾听我，因为你已经确凿地相信其他人听我谈过所有的话题，所以你只要去聆听他们就可以了。

聆听别人说出他们以为从我这里听到的话，你确实完全可以不用动脑筋 。

这就是大多数人在私下忽略我的信息的最大原因。如果你承认你正在直接领受我的信息，那么你就有责任去解释它们。可是接纳别人的解释（哪怕这些人生活在两千年前），与亲自去解释此刻你可能正在领受的信息相比，要安全得多，容易得多。

不过现在我邀请你以新的方式与神进行交流。这是一种双向的交流。其实应该说是你邀请了我。因为我已经来到你面前，以此形式，

在此时刻，回应你的呼告 。

为什么有些人，比如说基督，能够比别人更多地聆听到你的交流呢？

因为有些人愿意真的去倾听。他们愿意听取，他们愿意接纳这种交流，哪怕它似乎是可怕的，疯狂的，或者完全错误的。

哪怕神所说的显得有错，我们也应该聆听吗？

如果是这样，那你就更应该听了。如果你认为你对所有事物的看法都是对的，你哪里还需要与神对话呢？

你尽可以置之不理，依照你所知道的行事。但别忘了，自有时间以来，你们人类便一直这么做。看看如今的世界是什么样子吧。你们显然错过了某些事物。有些事物分明是你们所无法理解的。而你们所理解的，在你们看来必定是对的，因为“对”是一个你们用来形容某些你们同意的事物的字眼。因此，你们所错过的，起初必定显得有“错”。

摆脱这种思维定势的唯一方法是扪心自问：“假如所有我认为‘错’的事情其实是‘对’的，那么会出现什么样的情况呢？”每个伟大的科学家都懂得这么自问。当所做的并没有取得成功时，科学家便抛开全部假设，从头再来。一切 伟大的发现都是由不自认为 对的意志和能力创造出来的。那样的意志和能力正是这里所需要的。

你无法认识神，除非你不再告诉自己你已经认识了神。你无法听见神，除非你不再认为你已经听到神。

我无法把我的真相告诉你，除非你不再把你的真相告诉我。

但我关于神的真相来自你 。

这是谁说的？

别人。

哪些人？

那些国家元首、内阁大臣、经学大师、神职人员，各种书籍，当然还有《圣经》！

这些并非权威的来源。

连这些都不算权威啊？

不算。

那什么才算呢？

聆听你的感受 。聆听你最高级的思维。聆听你的经验。假如它们有别于你的老师教给你的，或者你从书上看到的，就忘掉那些话语吧。话语是最不可靠的真相供给源。

我有很多话想对你说，有很多问题想问你。我不知道该从何开始。

比如说吧，你为什么不现身呢？假如神真的存在，而你就是神，你为什么不以一种我们大家都能理解的方式现身呢？

我早就这么做过啦，反复地这么做过。而且此刻我也正在这么做。

不。我说的是一种不容置疑的现身方法；不可否定的那种。

举个例子？

比如说马上出现在我眼前。

我已出现在你眼前。

在哪儿呢？

在你目光所及的每个地方。

不。我说的是一种不容置疑的方式。用一种没有人能够否定的方式。

那是什么方式呢？你希望我以什么样的模样或形状出现呢？

就以你本来的模样或者形状。

那是不可能的，因为我没有你们能理解的模样或者形状。我可以采用 一种你们能够 理解的模样或者形状，但如果那样的话，每个人都会认为他们看到的是神唯一的模样和形状，而非认为那是神的许多模样和形状中的一个。

人们认为我就是他们所看到的我，而非他们所没看到的我。但我是无形的至尊 ，我不是我在任何特定时刻显露的样子。从某种意义上来说，我就是非我。我正是从非我中来，并且总是回到非我中去。

然而每当我以这样或那样的形式——某种我以为人们能够理解我的特定形式——出现，人们便会永远将我和该形式联系起来 。

倘若我以其他形式现身给第二个人，第一个人肯定会说我并没有现身给第二个，因为我给第二个看到的模样与给第一个看到的并不相同，我说的话也不同——所以第二个看到的怎么可能是我呢？

这下你明白了吧，我以哪种形式或者方式 出现都无所谓——无论我出现的方式和形式是哪一种，都不可能 是不容置疑的。

可是你只要真的做出某件事情，能够证明你的存在是不容怀疑的真相……

……有些人还是会说，这件事是魔鬼干的，或者只是某人的想象。反正不是我做的。

如果我展现自己是万能之神，天地之王，并且移动山脉来证明这一点，有些人将会说："那肯定是撒旦干的。"

这种说法确实有道理。因为神显露神性的途径并不经由外在的观

察，而是经由内在的经验。如果内在的经验显露了神性，那么外在的观察便是多余的。如果外在的观察是必需的，那么内在的经验便是不可能的。

因此，如果现身遭到要求，它便不会实现；因为要求这种行为本身就已经宣布神并不存在，宣布神从未显露过。这样的宣言催生了神不现身的经验。因为你的思维拥有创造力，你的言语拥有生产力 ，你的思维和言语加起来又会极其高效地生产出你的现实。所以你将会产生神此刻并没有现身 的经验，原因在于，如果经验到神的现身，你就不会要求 神这么做。

这意味着我不能要求任何我想要的事情吗？那我要是为某个心愿祈祷，岂非正好令它无法实现？

长期以来一直有人提出这样的疑问，而且每次提问都得到了回答。然而你们却听不到答案，或者不愿去相信它。

现在我再次回答，用今天的说法，用今天的语言：

你非但得不到你要求的东西，亦将得不到你想要的东西。这是因为，你做出要求，恰恰表明你正处在匮乏的状态；当你说想要某样东西，你就会在现实中得到那种匮乏的经验。

所以呢，正确的祈祷从来不是恳求的祈祷，而是感恩的祈祷。

当你为了自己希望在现实生活中拥有的经验而预先感谢神时，从效果上来讲，你已经承认它存在于你的现实生活中……从效果上来讲是这样的。所以感恩是向神所说的最有力的宣言；这种肯定的宣言甚至在你说出口之前，我便已经做出了回答。

因此不要哀求。要感恩。

但假如我为了某样东西预先感谢神，然而它却没有出现呢？那会导致梦想破灭和痛苦的感觉。

感恩不能被当作操控 神的工具，用来愚弄宇宙的手段 。你不能欺骗自己。你的大脑知道你真实的想法。如果你说“为了这个那个，谢谢你，神”，同时又非常清楚你想要的东西并不存在 于你当前的现实生活中，你怎能盼望神比你还糊涂，竟然会因此而将其制造出来送给你？

神知道你所知道的，而你所知道的则表现为你的现实。

但假设明明知道某样东西并不存在 ，我如何还能真正地为了它而感谢神呢？

那你得有信仰。只要你拥有信仰，哪怕只有芥子那么大的信仰，你便能够移动山脉。你将会知道它是存在的，因为我说过它存在；因为我说过 那样的话，甚至在你要求之前，我便已经回答；因为我曾以所有想象所及的办法、借由所有你能叫出名字的老师之口说过：无论你选择的是什么，只要以我的名义去选择它，它便会出现。

可是许多人说他们的祈祷从来没有得到回应。

没有祈祷——祈祷无非就是表明事物如此这般 的强烈宣言而已——得不到回应。所有的祈祷——所有的想法、所有的宣言、所有的感受——都是创造性的。你在多大程度上认为它是真实的，它就会在多大程度上出现于你的经验。

假如有人说他的祈祷没有得到回应，那么实际情况是，他最信以为真的思维、话语或者感受已经发挥了作用 。然而你必须知道的是（这其实是个秘密）：起到控制作用的思维永远是思维后面的思维——不妨将其称为“诱发思维”。

所以你若是恳求乞讨，你将来体验到你想要选择的东西的几率就会变得非常小，因为所有祈求之后的诱发思维是，你现在没 拥有你想要的东西。这种诱发思维变成了你的现实。

只有一种诱发思维能够压制这样的思维，那就是信仰的思维，坚定地认为无论你想要什么，神都会毫不例外地 满足你的要求。有些人

拥有这样的信仰，但这样的人很少。

只要人们不再认为神总是对每个请求说“好的”，而是根本地了解到请求本身是多余的，那么祈祷的过程将会变得非常简单。到了这样的时候，祈祷是感恩的祈祷。它根本不是请求，而是为事物如此这般而感恩的宣言。

既然祈祷是表明事物如此这般的宣言，那么你的意思是，神什么也没有做，祈祷后发生的一切都是祈祷者 的行动的结果咯？

如果你以为神是某种全能的存在，神聆听所有的祈祷，对某些祈祷说“好的”，对某些祈祷说“不行”，对其他祈祷说“将来也许可以，但现在不行”，那么你就错了。要是那样的话，神该用什么样的规则来判断呢？

如果你以为神创造并决定你生活中的一切 ，那么你就错了。

神是观察者 ，而非创造者。神随时准备帮助你过好你的生活，但用的可能不是你期待的方式。

神的功能并非创造或毁灭你的生活境况或条件。 神创造了你，依照神的形象与模样。其余都是你创造的，利用神给予你的力量。神创造了生命的历程以及你所了解的生活。然而神给你自由的选择，让你能够依照自己的意愿去生活。

从这种意义上而言，你对自己的意愿，即是神对你的意愿。

你的生活方式完全是由你自己选择的，我并不会加以干预 。

而你向来拥有很大的错觉，认为神在意你以这样或那样的方式行事。

我并不在意你的所作所为，你听了也许觉得难以理解。可是，当你让你的孩子出去玩耍时，你会在意他们做什么吗？他们到底是相互追逐、捉迷藏或者过家家对你来说有区别吗？没有，当然没有，因为

你知道他们是绝对安全的。你已经将他们安置在一个你认为友善而且很不错的环境中。

当然啦，你总是希望他们别弄伤自己。如果他们伤到自己，你将会出现，给他们帮助，为他们疗伤，让他们再次觉得安心，让他们再次高兴起来，让他们能够在隔天再出去玩。但到了第二天，你还是不会在意他们选择的到底是捉迷藏还是过家家。

你当然会告诉他们玩哪些游戏会有危险。但你无法让你的孩子别去做危险的事情。你阻止得了一时，阻止不了一世。聪明的父母都明白这个道理。然而父母又总是担心后果。这种矛盾的态度——对过程极其淡漠，可是对结果极其关注——可以用来形容神的二元性。

不过在某种意义上，神甚至连后果也不在乎。神不在乎终极的后果 。这是因为终极的后果早已注定。

下面要说到的是凡人的第二个大错觉：生活的结果是不确定的。

正是这种对生活的终极结果的怀疑，创造了你最大的敌人，那就是恐惧。因为你怀疑结果，所以你必定要怀疑造物主——你必定要怀疑 神。而如果你怀疑神，那么你必定一辈子都生活在恐惧和愧疚之中。

如果你怀疑神的旨意——以及神制定这种终极结果的能力，那么你如何能够放松呢？你如何能够真的找到安宁呢？

然而神完全有能力 使旨意和结果相称。你不能也不愿相信这一点（即使你宣称神是无所不能的），所以你不得不在你的想象中创造出某种可与神相提并论的力量，以便解释神的旨意受到阻挠 的原因。你们人类神话中那个叫“魔鬼”的东西就是这么来的。你们甚至还幻想神与这个东西之间发生了战争（以为神解决问题的方法和你们一样）。最后，你们居然还幻想神有可能输掉 这场战争。

所有这些统统有悖于你自称对神所了解的一切，但是并没有关系。你生活在幻觉之中，从而感受到了恐惧，而这全都因为你决定要

怀疑神。

但假如你换个新的决定，那会怎样呢？那结果会是什么呢？

让我来回答你：你的生活将会如同佛陀。如同耶稣。如同每个你崇拜的圣徒。

然而，与那些圣徒遭遇的情况相同，人们将不会理解你。当你试图解释你对祥和的感受，你在生活中的欢乐，你内心的狂喜，他们将会听你说，但是不会听进去。他们将会努力复述你的话语，但也会添油加醋。

他们将会奇怪你如何拥有他们找不到的东西。然后他们便会妒嫉。妒嫉很快将会变成愤怒；生气之后，他们将会试图说服你，其实你才是不理解神的人。

如果无法如愿以偿地剥夺你的欢乐，他们将会想方设法伤害你，他们的愤怒将会如此强烈。假设你告诉他们说这没关系，说连死也打断不了你的快乐，改变不了你的真相，他们肯定会杀了你。然后呢，等到发现你接受死亡时的祥和，他们将会称你为圣徒，再次敬爱你。

因为这就是凡人的本性：对于最为珍惜的东西，他们先是爱，然后是毁灭，然后再去爱。

但为什么呢？我们为什么会那么做 呢？

人类行为在最深层次上无不受到两种情感（怕或爱）之一的驱使。情感实际上只有两种，灵魂的语言仅有两个词汇。我在创造宇宙和你今天所认识的世界时，也为其创造了两极，而它们分别是这两极的末端。

它们是起点和终点，有了它们，被人类称为“相对性”的那个系统才能存在。倘若缺乏这两个点，缺乏这两种关于事物的观念，别的观念便都不能存在。

人类所有的想法和人类所有的行为，不是出于爱，便是由于怕。人类的动机只有这两种，一切其他观念无非是这两者的派生物。只是形式有所区别而已——它们是对同个主题的不同反映。

请你深思，你将会明白确实如此。这就是我所说的“诱发思维”。它要么是爱的思维，要么是怕的思维。它是思维之后的思维。它是最初的思维。它是主导的力量。它是原始的能量，驱使着人类经验的发动机。

人类行为总是反复地产生相同的经验，人们总是会先爱，然后毁灭，然后再去爱，这是因为，情感总是在爱与怕之间来回摆动。爱诱发怕诱发爱诱发怕……

……为什么会这样呢？原因在你说过的最大的谎言里。你认为神是靠不住的，神的爱是不可依仗的，神对你的接纳是讲条件的，终极的结果因而是不确定的。而且你还把这个谎言当作是关于神的真相。既然你无法相信神的爱 永远都在，那么你还能相信谁的爱呢？假使在你表现不妥的时候，神会离你而去，难道那些凡人就不会吗？

……因此，在你宣布最高的爱时，你也迎来了最大的怕。

因为当说出“我爱你”之后，你最先担心的是，你是否也能听到这句话。而一旦你听到这句话，你立刻就会担心自己是否会失去刚刚发现的爱。这样一来，所有的行动就都变成了重复的行动——不停地保卫已有的东西，甚至当你想办法保卫自己、以免失去神时， 情况亦是如此。

然而假如你知道你是谁，知道你是神创造的生命中最美好、最非凡、最优秀的，那么你将不会怕。因为有谁能够拒绝如此美妙的人呢？甚至连神也无法在这样的生命中找出缺点。

可是你不知道你的真实身份，你以为你非常卑微。美好如你，这种认为自己微不足道的观念是从哪里来的呢？它来自那些你最为重视的人。也就是你的父亲和母亲。

他们是最爱你的人。他们怎么会对你说谎呢？可是难道他们不曾对你横挑鼻子竖挑眼吗？难道他们不曾让你乖乖待着别多嘴吗？难道他们不曾在你最兴高采烈的时候泼你冷水吗？难道他们不曾怂恿你放弃某些你最大胆的想象吗？

这些都是你接受到的信息，虽然它们并不符合标准，因而不算是神的信息，可是对你来说它们便是神的信息，因为说出这些话的人，在你的宇宙里无疑便是神。

正是你的父母让你认识到爱是有条件的——你曾许多次领教到他们的条件；而且你将这种经验带入到你自己的爱的关系。

你也将这种经验带给我。

根据这种经验，你得出了关于我的结论。在这个框架之内，你说出了你的真相。“神是慈爱的神，”你说，“但假如你违背了他的戒律，他将会用永恒的冷落和无尽的责怪来惩罚你。”

因为难道你不曾受到亲生父母的冷落吗？难道你没尝到他们的责怪带来的痛苦吗？那么，你如何能够想象与我的关系会有所不同呢？

你已经忘记被无条件地爱着是什么感觉。你想不起来被神爱着的经验。所以你试图根据你看到的人世的爱，来想象神的爱该是什么样的。

你将“父母”的角色投射给神，从而认为神会进行评判，根据他对你的表现的满意程度而给出奖励或惩罚。但这种关于神的看法太简单了，它来自你们人类的神话。它和真正的我毫无关系。

这样用人类的经验而非灵性的真相创建出整个关于神的思维系统之后，你们接着又创建了整个围绕爱的现实。它是一种基于怕的现实，扎根于那种认为神非常可怕、非常记仇的观念。它的诱发思维是错误的，但否定那个思维等于彻底摧毁你们的神学。虽然有种新的神学将取而代之，将会成为你们真正的救赎，可是你们却不能接受它，原因在于，这种认为神既不可怕、也不做出评判、更不会施加刑罚的

观念太过美好，乃至于你们就算将神想得再好也不敢接受。

这种基于怕的爱的现实统治着你对爱的经验，实际上，它创造了你对爱的经验。因为你不仅看到自己接受 的爱是有条件的，而且你发现自己给出的爱也是有条件的。甚至就在你收回和保留爱、为其设下条件的时候，你心里也知道这其实不是真正的爱。尽管如此，你依然无力去改变自己派发爱的方式。你有过惨痛的经验教训，你告诉自己，要是再次敞开心怀、无条件地去爱，那就糟糕啦。然而真相是，你要不那样才糟糕呢。

［你本人关于爱的思维是错误的，却怪自己从不曾纯粹地经验到它；同样地，你本人关于神的思维是错误的，却怪自己从不曾认识到真正的我。但你将会认识到真正的我。因为你不可能永远地否定我，到那时，我们的和解将会到来。］

人类采取的每项行动都基于爱或怕，而且不仅仅是那些和人际关系有关的行动。所有影响商业、工业、政治、宗教、教育、社会事务、经济目标的决议，所有涉及战争、和平、攻击、防守、侵略、投降的选择，所有攫取或施舍、独吞或分享、统一或分裂的主张——所有人类曾经做出的自由选择，都必定出自于这两种思维中的一种：要么是爱的思维，要么是怕的思维。

怕是收缩、封闭、攫取、跑开、隐藏、独吞、伤害的能量。

爱是扩张、开放、赠送、停留、敞开、分享、治疗的能量。

怕用服饰裹起我们的身体，爱让我们赤裸地站出来。怕粘住和抓紧我们拥有的一切，爱送走我们拥有的一切。怕纠缠，爱松手。怕激怒，爱抚慰。怕攻击，爱改变。

所有人类的思维、话语或举动要么基于怕，要么基于爱。这一点你们别无选择，因为除此以外没有什么好选的了。但至于选怕还是爱，你们可以自由决定。

听你说倒是很容易，可是到了做决定的时刻，怕往往占据了上

风。为什么会这样呢？

你受到的教育让你生活在怕中。你曾经听说最合适的才能生存，最强大的才能获胜，最聪明的才能成功。极少有人说起最有爱心的是多么光荣。所以你拼命想成为最合适的、最强大的、最聪明的——以这样或那样的方式——如果认为自己在哪个方面较为逊色，你便会怕失败，因为人们跟你说过，逊色就等于失败。

所以你当然选择了那些由怕诱发的行动，因为那是你一直以来受到的教育。然而我现在教你这个道理：如果你选择了由爱诱发的行动，那么你的成就将不仅仅是生存，那么你的成就将不仅仅是获胜，那么你的成就将不仅仅是成功。那么你将会变成真实的你和最好的你，你将会经验到无上的光荣。

要做到这样，你必须别理那些世俗老师的教诲，他们诚然是好意的，可是他们的知识是错误的；你应该听取那些智慧来自别处的人的教导。

你们人类当中有许多这样的教师，历来就有，因为我不会抛弃你们，我让他们来把这些真相展示给你们，教给你们，引导你们，提醒你们。然而最伟大的提醒者并非他人，而是你内心的声音。这是我使用的第一种工具，因为它是最方便使用的。

内心的声音是我说出的声音中最响的，因为它离你最近。只要你能听清楚，这个声音将会告诉你别的一切 是真还是假，是对还是错，是善还是恶。它便是雷达，能够设定航行的路线，掌控船舶的方向，指引整个旅程，只要你听从它。

也正是这个声音，告诉你此刻你正在阅读的这些话语是爱的话语或怕的话语。利用这把尺子，你可以衡量它们是应该牢记的话语或应该忽略的话语。

你刚才说如果我选择了由爱诱发的行动，我将会变成真实的我和最好的我，将会体验到无上的光荣。你能仔细谈谈吗？

生活的总体唯有一个目的，那就是让你和其他生灵经验到无上的光荣。

其他你所说、所思、所做的一切，全都服务于这个功能。没有别的事情是你的灵魂可以做的，也没有别的事情是你的灵魂想做 的。

这个目的的神奇之处在于，它是永不终结的。终结即是极限，神的目的则没有这样的限制。倘若你亲身经验无上光荣那一刻果真来临，你将会立刻感到还有更伟大的光荣等待你去实现。你要是很优秀，就能变得更加优秀；你要是更加优秀，你就还能再优秀一些。

最深层的秘密是，生活不是发现的过程，而是创造的过程。

你并不是在发现自我，而是在创造新的自我。因此，别试图解答你是什么人，要试图确定你想成为什么人。

有人说生活是学校，我们在这里学习某些特殊的课程，等到“毕业”之后，我们便能追求更远大的目标，而且不再受到肉体的束缚。这种说法对吗？

这也是你们的神话，来自人类的经验。

生活不是学校吗？

不是。

我们在这里不是为了学习课程？

不是。

那么我们究竟在这里干什么呢？

为了记住并且重新创造真正的你。

我早就跟你说过的，说过很多次了。你不相信我而已。这倒也没有什么关系。实际上，如果你没有创造出真正的你，你就无法成为真

正的你。

好吧，我都听糊涂了。我们还是回到学校的话题吧。曾经有许许多多的老师告诉我们，说生活是学校。听到你否定这种看法，我真的很吃惊。

学校这个地方呢，是你有什么想认识而尚未认识的东西才去的地方。如果你已经知道某样东西，只是想经验你的知识 ，那你没必要去这样的地方。

你所谓的生活是个机会，让你能够通过经验 认识你已经通过概念认识到的东西。你无需学习任何东西 便能做到这一点。你只需要记住你已有的知识，并将其付诸实践就够了。

但我还不是很明白。

让我们从这里开始吧。灵魂——你的灵魂——自始至终认识所有的事情。对于它来说，没有什么是隐秘的，没有什么是未知的。然而光认识是不够的。灵魂追求的是经验 。

你可以认识到　　你自己为人慷慨，但除非你做了某件体现慷慨的事，否则你只是拥有慷慨这个概念而已。你可以认识到你自己为人友善，但除非你对某人做出了友善的举动，否则你拥有的只是一个关于你自己的观念 而已。

你的灵魂唯一的欲望，是将关于其自身的最美好的概念 转化为其最美妙的经验 。在概念变成经验之前，你关于自己的所有认识仅仅是猜测而已。我曾猜测我自己，花了很久很久。比你和我加起来所能记住的还要久。比宇宙的年龄乘以宇宙的年龄还要久。所以你能看到，我对我自己的经验是多么的短暂，是多么的新鲜。

我又听糊涂了。你对你自己的经验？

是的。让我这样向你解释吧：

最早的时候，宇宙只有太极 ，没有别的东西。然而太极当时无法认识其自身——因为太极便是一切，宇宙中没有其他东西 。所以呢，太极……便是太虚 。因为在浑沌的状态之中，太极就是太虚 。

这种重要的太极/太虚在各种神话中被用来指称时间的起源。

那时太极认识到 它是宇宙中的一切——但这还不够，因为它对自身的伟大的认识是概念性的 ，不是经验性的 。然而，对其自身的经验 是它渴望得到的，因为它想知道，如此伟大的感觉到底是怎么样的。尽管如此，这仍然是不可能的，因为“伟大”这个词汇恰恰是个相对的词汇。太极将无法认识伟大的感觉 ，除非太虚 出现。在浑沌的状态之中，太极就是太虚 。

你能听懂吗？

我想听懂了吧。请继续。

很好。

太极已经认识到，宇宙中除了它，没有别的东西 。所以它没办法也不可能 从其外的某个参照点来认识其自身。这样的参照点并不存在。唯有一种参照点是存在的，那便是其内部的空间。那种“太极-太虚”的意识。那种“我-非我”的意识。

太极仍然执意要经验地 认识其自身。

这种能量——这种无形、无声、无色从而无人知晓的纯粹能量——执意要通过经验来认识其自身至高无上的伟大。它明白，要达到这个目标，它必须使用内部 的参照点。

它非常正确地推断出，它本身的各个部分 必定小于整体 ，所以它只要分裂 成各个部分，比整体小的每个部分便能看到其他部分，从而看到它的伟大。

所以太极自我分裂——在那辉煌的时刻，变成了阴和阳 （亦即此

和彼　）。阴和阳　第一次出现了，彼此分离。然而它们又同时存在。并存的还有非阴非阳 。

三种要素 因而突然出现：第一种是阴 。第二种是阳 。第三种是非阴非阳 ——但它是阴和阳存在的必要条件 。

太极便是生有之无，生实之虚，生小之大。

你能明白这一点吗？

你还听得懂吗？

我想我能懂，真的。说了你也许不信，但你的解释十分清晰，乃至我认为自己真的明白了这一点。

那我就接着说了。有些人把这生有之无 称为神。然而这么说也不准确，因为他们言下之意是存在着某些非神的东西——比如说，所有非“无”的东西。但我便是万物　，无论是有形的还是无形的（所以前面我自称“无形的至尊”）；东方神话中将神定义为虚无或虚空，而西方的神话则认为一切有形的东西皆是神，从本质上来讲这两者都是错误的。有些人认为神既是 太极，也是太虚，他们的理解才是正确的。

创造出“阴”和“阳”之后，神总算有可能认识其自身了。在这内部发生大裂变的刹那间，神创造了相对性 ——这是神送给其自身最好的礼物。因而，相互关系是神赠给你们人类的最佳礼物，这点稍后再来详细讨论。

就这样，从虚无之中产生了万物——这是一次灵性事件，你们的科学家所谓的大爆炸理论恰好与此完全吻合。

各种要素开始相互分离，时间 也就被创造出来，因为某样东西起初在此 ，然后在彼 ——而它由此到彼所经的历程是可以测量的。

神各个有形的部分开始定义它们自身，彼此之间产生“相互关系”，与此同时，那些无形的部分也出现了相同的情况。

神知道，若要令爱存在，若要认识到其自身是纯粹 的爱，那么与爱截然相反的东西也必须存在。所以神自愿创造了那伟大的一极，亦即爱的对立物，所有非爱的东西，如今被称为怕。唯有怕出现了，爱才能作为能够被经验到的东西 而存在。

这种爱及其对立物的二元创造，在各种人类的神话中，被称为魔鬼的诞生 、亚当的堕落、撒旦的叛变等等。

你们将纯粹的爱拟人化为一个角色，称其为神，同时也将怕拟人化为一个角色，称其为魔鬼。

地球上有些人围绕这件事，杜撰了许多相当复杂的神话传说，虚构出各种关于争夺与战斗、天兵与鬼卒和各种善与恶、光明与黑暗的势力的场面。

这种神话是人类早期的尝试，他们试图借由神话去理解这次宇宙事件，并以他们能够理解的方式去讲述它；其实关于这次宇宙事件，人类的灵魂深处是了解的，但是人类的精神却几乎毫无察觉。

在自我分裂为宇宙的过程中，神用纯粹的能量创造了如今存在的万物——包括有形的和无形的。

换句话说，神不仅创造了物质的宇宙，也创造了精神的宇宙 。构成“我/非我”这道方程式后半段那部分的神还裂变成无数比整体小的个体。这些能量个体你们将会称为灵魂。

你们人类有些宗教的神话认为神是“天父”，生有许许多多的灵童。这与你们人类对生命自行繁衍的经验相符，大多数人也只能依靠这种方式才能真正地理解为什么会有无数的生灵突然地出现在“天堂之国”。

就这个例子而言，你们的生活传说与终极实在相隔并不远——因为从整个宇宙的意义上来说，这无数构成了我的总体的灵魂确实可以算是我的子孙后代。

我分裂自己的神圣目的在于创造出足够多的部分之我，这样我才能够经验地认识我自己 。造物主若要通过经验认识到自己的造物主身份，那么办法仅有一个，那就是去创造。所以我将创造能力赋予给这无数部分之我中的每一个，赋予给我所有的灵童，而且这种创造能力与我作为整体时拥有的创造能力是相同的。

你们的宗教说人类是依照“神的形象和模样”被创造出来的，它们想说的其实就是这个意思。这并不意味着，像某些人说的那样，我们的物质身体是相似的（尽管神能够随心所欲地化身为任何物质形式）。它的含义是，我们的本质是相同的。我们是由相同的材料构成的。我们是“相同的材料”！有着相同的性质和能力——包括从稀薄的空气中创造出物质实在的能力。

我创造出你们——我的灵性后代——的意图在于，让我自己能够认识到我是神。除了通过你们 ，我没有别的办法来做到这一点。因而可以这么说（其实我已经说过很多次了）：我对你们的寄望是，你们应该认识到你们自己便是我。

这看上去惊人的简单，然而也非常复杂——因为唯有一种方法能够让你们认识到你们自己便是我，那就是，你们首先必须认识到你们自己并不是我。

接下来要仔细听，要全神贯注地听，因为下面要讲的非常微妙复杂。你准备好了吗？

准备好了。

很好。别忘了，是你求我向你解释的。你等待我的解释已经等了许多年。你求我使用通俗易懂的语言，而不是神学教义或者科学理论来解释。

是的——我知道我求过你什么。

你既然问了，就好好听吧。

喏，为了便于讨论，我要利用那个认为人类是神的子女的神话传说，把它作为讨论的基础，因为你熟知这个传说——而且从许多方面来讲，它与真实情况相差也不远。

好了，让我们继续来探讨这种自我认识的过程是怎样发挥作用的。

我可以使用一种办法来让我所有的灵童认识到他们自身便是部分之我——只要告诉他们就好了。这个办法我用过。但你也明白的，仅仅让灵魂知道它本身是神、或者部分之神、或者神的孩子、或者天国的继承者（或者其他你想用的神话说法）是不够的。

正如我已经解释过的，认识和经验 是两码事。灵魂渴望经验地认识其自身（我 也一样！）。概念性的意识对于你们来讲并不够。所以我想出了一个计划。那是全宇宙最非凡的主意——也是最神奇的协作。我说协作，是因为你们所有人都和我共同参与了这个计划 。

根据该计划，作为纯灵魂的你们将会进入刚被创造出来的物质宇宙。因为你们唯有借助物质 ，才能经验地认识到你们通过概念认识的东西。实际上，这就是我创造物质宇宙、统治物质宇宙的相对性系统和所有造物的初衷。

进入物质宇宙之后，你们，我的灵童，将会经验到你们对自身的认识——但是，你们必须先认识其对立物 。简单地说吧，你不会觉得自己很高，除非你已经意识到矮。你无法经验到你身上某些部位很胖，除非你已经认识到什么是瘦。

如果将此逻辑推到极点，那么你无法经验到你自己，除非你已经遇到非你 。这便是相对论和所有物质生活的目的。你本身是通过非你而得到定义的。

就终极认识——认识到你自己是造物主——而言，你必须去创造，也只有在你去创造的时候，你才能经验到你自己是造物主。你必须毁灭自己，然后才能创造出你自己。从某种意义上来讲，你必须先

成为“非”，然后才能成为“是”。你能听懂吗？

我觉得……

继续听下去。

当然，你无法改变自己的本质——你的本质早已定下（纯粹的、创造性的灵魂），过去一向如此，将来也永不改变。所以，你只有退而求其次。你促使自己 忘记你的真实身份。

进入物质的宇宙之后，你抛弃了关于自己的记忆 。这让你可以选择成为真正的你，而不是只能无可奈何地接受你的真实身份。

正是在选择成为部分之神的行动中，而非通过言语获悉你是部分之神的过程中，你才能经验到 你自己有绝对的选择权，而有绝对的选择权，便是神的本质。然而，你如何能够对某件根本 没有选择的事情做出选择呢？你无论多么努力，也不可能不是我的后代——但你可以忘记 。

你现在、从前、将来永远是神圣整体的神圣部分，是整个身体的部位　（member）。所以重新加入整体、向神回归的行动被称为忆起（remembrance）。你实际上是选择了忆起你的真实身份，或者说选择了与你的各种部位联合来经验整体的你——也就是说，整体的我。

因此，你在地球上的任务并非学习（因为你已经知道），而是忆起你的真实身份。忆起所有其他人的真实身份。所以你的任务中很大的部分是提醒其他人，以便他们也能忆起自己的真实身份。

那些神奇的灵魂导师所做的无非就是这件事情而已。这是你唯一的追求。这是你灵魂的追求 。

我的神啊，这是如此简单，又如此……无懈可击 。我是说，我总算明白了。真是豁然贯通啊。我现在看到了一幅原先从来没有拼凑完整的画面。

好啊。那很好。那就是这次对话的目的。你曾经求我给你答案。我曾经许诺把答案给你。

你要把这次对话写成书，你要把我的话传给许多人。这也是你的任务。 现在，你有许多问题，许多关于生活的疑惑。我们在这里已经奠定了基础。我们已经做了铺垫，可以来讨论别的事情。让我们来解决其他问题吧。而且别担心。如果我们刚才谈过的话中，有什么你尚未完全理解，你很快也能弄明白的。

我想问的太多了。有许许多多的问题。我觉得我应该先问最大的、最明显的问题。比如，为什么世界是现在这个样子？

在所有人类问过神的问题中，这个是最常被提起的。自有时间以来，人类便一直在问这个问题。从开始到现在，你们一直想知道，为什么世界必须是如今这个样子 ？

这个问题的经典提法大抵是这样的：如果神是那么完美，那么有爱心，为什么会创造出瘟疫与饥荒、战争与疾病、地震与龙卷风、台风与各种自然灾害、个人深深的失望和世界性的灾难呢？

这个问题的答案要到宇宙最深的秘密和生活最高的意义中去找。

我并不通过只创造你们称为完美的环境来展现我的善。我也不通过禁止你们展现你们的爱来展现我的爱。

正如我已经解释过的，你无法展现爱，除非你能够展现非爱。事物不能脱离其对立物而存在，除非处在绝对的世界里。然而绝对的领域对你们和我而言都是不够的。我向来存在于绝对的世界中，而你们也是从绝对的世界中来。

绝对的领域里没有经验，只有认识。认识是神圣的状态，然而最大的欢乐却是存在。存在唯有于经验之后才能实现。其先后关系是这样的：认识，经验，存在。 这就是三位一体——这三位一体就是神。

圣父是认识 ——亦即所有的理解之父，所有的经验之源，因为你

无法经验你从不认识的东西。

圣子是经验 ——亦即所有圣父对自身的认识的落实与执行，因为你无法成为你不曾经验的东西。

圣灵是存在 ——亦即所有圣子对自身的经验的抽象；唯有通过对认识与经验的记忆，才能获得这种简单而美妙的存在感。

简单的存在即是极乐。它是神在认识和经验自身之后达到的境界。它是神从开始便渴望得到的。

当然，你们早过了幼稚的阶段，无需解释也能明白对神的这种父子描绘无关乎性别。我在这里使用的生动言语来自你们最新的经书。更早之前的神圣经典将这种比喻安置在母与女的背景中。两者都不准确。你在头脑里最好如此看待这种关系：先辈与后裔。或者是：催生者与被生者。

如果加上三位一体的第三个部分，那么这种关系就变成：

催生者/被生者/存在者。

三位一体的实在是神的标志。它是神圣的模式。神圣的领域里到处是这种三合一的关系。当你应对有关时间和空间、神和意识或者任何神圣关系的事务，你必定会遇到它。换个角度来说，在所有生活的世俗关系中，你无法 找到这种三合一真相。

所有处理生活的神圣关系的人，都能够在那些关系中找到三合一真相。有些宗教学家将三合一真相描绘为圣父、圣子和圣灵。有些精神学家使用的术语是超意识、意识和潜意识。有些灵魂学家说是心智、肉体和灵魂。有些科学家认为是能量、物质和以太。有些哲学家说，真实的事物必须在思维、言语和行动上都是真实的。谈论时间的时候，你只会说起三种时态：过去，现在，将来。你的知觉中也只有三种时刻：从前，如今，以后。至于空间关系，不管是考虑到宇宙中的点，还是你自己房间里各个点，你都会辨认出此、彼、彼此之间。

而在世俗的关系中，你辨认不出“之间”。那是因为世俗关系永远是二价的，而神圣领域中的关系则毫无例外是三价的。所以呢，世俗关系里有左 - 右、上 - 下、大 - 小、快 - 慢、热 - 冷，以及神创造过的最了不起的二价关系：雄 - 雌。这些二价关系没有“之间”。在这些关系里，事物非此即彼，或者是这两极中某一极较大或者较小的变体。

在世俗关系的领域里，任何被概念化的事物都不可能存在，除非其对立物 也已经被概念化。你的日常经验绝大部分扎根于这种实在。

在神圣关系的领域里，存在的事物全都没有 对立物。万物归一，一切在无尽的循环中彼此相通。

时间即是这样的神圣领域，在该领域中，你所谓的过去、现在、将来以内在联系 的方式存在着。也就是说，它们并非彼此对立之物，而是同个整体的不同部分，同个观念的不同阶段，同种能量的不同循环，同个无可辩驳的真相的不同方面。假如你据此做出推断，认为过去、现在、将来同“时”存在，那么你是正确的。（然而现在还不是谈论这个问题的时候。我们在后面将会探讨时间的整体概念，到时我们再来深入地讨论。）

世界是如今这样子，因为它不可能以别的 方式存在于物质的世俗领域。地震和龙卷风、洪水和台风，以及那些你称为自然灾害的事件，无非是各种元素从一极到另外一极的运动而已。整个生与死的轮回也是这种运动的组成部分。这些是生活的节奏，世俗实在中的一切都无法摆脱它们，因为生活本身 是一种节奏。它是处在太极最中央的起伏、震颤和悸动。

疾痛和病患对立于健康和安好，它们在你的现实中出现，也是遵从你的命令。如果你没有从某种程度上导致自己生病，你便不会有疾痛；你只要决定恢复健康，你立刻便能再次好起来。个人的深深失望是对个人选择的反应，而世界性的灾难则是世界性意识的后果。

你的问题的言下之意是，我选择了这些事件，是我的意志和欲望

促使它们发生。然而我并不愿意这些事情存在，我只是观察着你们这么做而已。 我也不去阻止这些事情发生，因为那么做将会使你们的意志受挫。也就是说，那么做将会剥夺你们对神的经验，而这种经验却正是你们和我共同选择的。

因此，别责怪世界有那么多你所谓的坏事。你倒不如躬身自问，你判定为坏的这种境况是怎么来的，如果你想改变它的话，你愿意做些什么？

别问他人，而是问你的内心：“在这样的灾难面前，我希望经验哪个部分的自我呢？我要选择追求存在的哪些方面呢？”因为生活总体是作为你自己的创造的工具而存在的，它的所有事件无非是一些机会，供你用来决定和成为真正的你。

这对每个 灵魂来说都是真实的，所以你应该明白，宇宙中没有受害者，只有创造者。那些曾在这个星球上行走过的大师明白这个道理。所以，无论你提到的是哪位大师，他们从不认为自己受到迫害——尽管许多人真的受折磨而死。

每个 灵魂都是大师，虽然有些并不记得它们的起源或者它们的天赋。然而，每个灵魂依据其本身最远大的目标和最鲜活的记忆，创造出各自的条件与境遇——在每个被称为现在的时刻。

所以呢，别去评判其他人走过的业力之路。别妒忌成功，别怜悯失败，因为你不知道在灵魂的权衡中，什么算成功，什么算失败。 遇事别称其为灾难或欢乐，除非你已确定或见证它的用途 。因为，如果死拯救了数以千计的生命，它还能被称为灾难吗？如果生只带来悲哀，它还能被称为欢乐吗？然而就算连这个你也别去判断，你永远走你的路，同时允许别人走他们的路就可以了。

这并不意味着你应该忽略别人求助的呼声，或者你自己的灵魂想改变某些境况或条件的冲动。而是意味着无论在做任何事情的时候，你都要避免先入之见和自以为是。因为每种境况都是礼物，每种经验中都隐藏着财宝。

从前有个灵魂，它认识到它自身便是光。它是个新的灵魂，所以迫不及待地想得到经验。“我是光，”它说，“我是光。”然而，它所有的认识、所有的诉说都不能够代替它的经验。在这个灵魂所出现的领域中，除了光一无所有。每个　灵魂都是最好的，每个灵魂都是最美的，每个灵魂都闪耀着我那可敬可畏之光的辉煌。所以上述那个小小的灵魂就像阳光中的烛火。在最灿烂的光芒——它是这光芒的组成部分——中，它无法看到自身，也无法经验到它的真实身份和本质。

后来发生的情况是，这个灵魂越来越渴望认识其自身。它的渴望十分强烈，于是在某天，我说：“小东西，你知道若要满足你的这种欲望，你必须做些什么吗？”

“神啊，那是什么呢？是什么呢？我什么都愿意做！ ”这小小的灵魂说。

“你必须使你自己与我们大家分开，”我回答说，“然后你必须让自己处身黑暗之中。”

“唯一的神啊，黑暗是什么呀？”这小小的灵魂问。

“那就是非你，”我回答说，这个灵魂明白了。

于是这灵魂便这么做了，让它自身与大家分开，而且哦，它还去到了别的领域。到了该领域，这灵魂拥有了能力，可以召唤各种黑暗进入它的经验。它召唤了。

然而在黑暗中央，它却哭喊起来：“圣父啊，圣父啊，你为何遗弃我？”正如你在你最黑暗的时刻所叫喊的那样。可是我从来不曾遗弃你，而是永远站在你身边，随时准备提醒你，让你想起你的真实身份；准备，随时准备，呼唤你回家。

因此，如果你要成为黑暗中的光，就请别抱怨。

在你被非你所包围的时刻，请别忘记你的真实身份。但请赞美这世界，即使你试图改变它。

请认识到，在受到最大的考验时，你的所作所为可能是你最大的成功。因为你创造的经验表明了你的真实身份——以及你的理想身份。

我告诉你这个故事，这个小小的灵魂和太阳的寓言，是为了让你更好地理解世界为什么是现在这副样子，以及它如何能够在刹那间改变，只要每个人都想起他们的最高实在的神圣真相。

有人说生活是学校，而这些你在生活中观察和经验的事情是供你学习的。我之前回应过这个观点，现在我再告诉你：

你所进入的这种生活并没有什么好学的——你只需要展示你已有的知识。在展示知识的过程中，你要将其付诸实践，创造出新的你自己。这样你就能证明你的生活是有意义的，是有目标的。这样你就能让它变得神圣。

你的意思是，所有我们遇到的坏事全都是我们自己选择的吗？你是说，连世上的祸害和灾难，从某种层面上来讲，也都是我们为了“经验我们的真实身份的反面”而创造出来的吗？如果真的是这样，难道就没有不那么痛苦的方式——不要让我们自身和其他人那么痛苦——可以让我们用来创造经验我们自身的机会吗？

你问了几个问题，它们都是好问题。让我们挨个来解决。

不，并非全部你们遇到的所谓坏事都是你们自己选择的。并非有意识地去选择——这是你的意思。它们统统 是你们自己 创造出来的。

你们总是处在创造的过程 中。每一秒。每一分。每一天。至于你们如何 创造，我们稍后再谈。目前你只要记住我的话——你们是大型的创造机，你们不停地变出新的物质现象，其速度之快，与你能够想到的一样。

事件、事情、事务、环境、景况——这些全都是由意识创造出来的。个人意识的力量就够强大的了。所以你可以想象，如果有两个或

以上的人以我的名义联合，被释放出来的创造性能量该有多么厉害。那么集体　意识呢？这还用说吗，它非常强大　，创造出来的各种事件和环境能够影响到全世界，给整个地球造成严重后果。

要是说这些后果是你们选择 的，是以你所说的那种方式选择的，那并不准确。你们没有选择它们，正如我并没有选择它们。与我相同，你们观察着它们。依据它们 来确定你的真实身份。

然而人世间没有受害者，也没有迫害者。你也不是别人选择的受害者。从某种层面上来讲，你说你厌恶的东西，其实是你自己创造的——创造了它之后，你便选择 了它。

这种思想的境界很高，所有大师迟早都能达到。因为他们唯有承担起一切恶果的责任，才能获得改变部分 恶果的力量。

只要你固执地认为，这些恶果是别的东西或者别的人对你“做”的，你便剥夺了自己去改变它的力量。唯有当你说“这是我做的”，你才能获得力量去改变它。

与改变别人的行为相比，改变你自己的行为容易得多。

改变任何事情 的第一步，是认识和接受这样的事实：是你选择了让它以现在这样的方式存在。假如你从个人层面上无法接受这一点，那么请你明白“我们是一体”的道理，这样你就能同意了。然后呢，你要想办法去创造变化，不是因为某件事是错误的，而是因为它不再准确地表明你真正的身份。

做任何事情的理由只有一个：向宇宙表明你的真实身份。

被用于这个目的之后，生活就成了创造自我的过程。你可以利用生活，将你的自我创造成你的真实身份和你的理想身份。不做任何事情的理由也只有一个：因为这件事不再表明你的真实身份。它不反映你。它不代表你。也就是说，它不重新呈现你。

如果你希望被准确地重新呈现，那么你必须改变你的生活中一切

与你希望投射到永恒领域的图像不符的事情。

从最广泛的意义上来说，所有发生的“坏”事都是你们选择的。错误不在于选择了它们，而在于将它们定义为坏。因为将它们定义为坏意味着你们给自己贴上了坏的标签，原因是它们是你们创造的。

这个标签你们无法接受，于是为了避免自我被标识为坏，你们抛弃了自己的造物 。正是这种知识的与灵魂的虚伪，使得你们要忍受如今这么一个世界。如果你们承担起你们对世界的个人责任，甚至只要在内心深处觉得你们对世界负有个人责任 ，它将会与现在大不相同。假如每个人都觉得有责任，世界肯定会变得更加美好。正因为这个道理是如此浅显明白，它才会如此恼人，如此富于讽刺意味。

世界的各种自然灾难和灾害，比如龙卷风、台风、火山喷发和洪水，世界的各种物质性混乱，并不是由你独力创造的。你创造的是这些事件对你生活的影响程度。

这些发生在宇宙中的事件绝不能说是你引发或者创造的。

创造了这些事件的是人类的联合意识。世界上所有人通力协作，共同生产了这些经验。你们每个人单独所做的是在它们之中行动，确定它们对你们的意义，并依据你与它们的关系来确定你的真实身份和你的本质。

因此，你们集体地、单独地创造了你们正在经验的生活与时代，以便灵魂能够实现进化的目标。

刚才你问是否有不那么痛苦的方式来经历这个过程，答案是有的，但你的外在经验将会毫无变化。要减少那种你将其与尘世经验和事件联系起来的痛苦，包括你的痛苦和他人的痛苦，就必须改变你看待那些经验和事件的方式 。

你无法改变外在的事件（因为那是由许多人创造出来的，而你的意识尚未成熟，不足以单独地改变那些被集体地创造出来的东西），所以你必须改变内在的经验。这是成为大师的生活之路。

没有什么事物本身是痛苦的。痛苦是错误思维的结果。它是思维中的错误。

大师能够驱散最悲哀的痛苦。因此大师能够妙手回春。

痛苦源自你对事物做出的判断。移除判断，痛苦消失。

判断的依据往往是从前的经验。你关于事物的看法来自某个关于该事物的先行看法。你的先行看法又来自某个更早先的看法——依此类推，就像垒砖块那样，直到最后你沿途回到了最初的思维。

所有的思维都是创造性的，而最强大的思维莫过于原始思维。所以这种原始思维有时也被称为原罪。

如果你关于事物的原始思维是错误的，那么它就是原罪。随着你对该事物产生了第二个、第三个看法，那个错误成倍地增大。圣灵的职责是启发你，让你对事物产生新的理解，那将会使你摆脱你的错误。

你是说我不该为非洲挨饿的儿童、美国的暴力与冤案、巴西那场夺去数百条人命的地震感到难过吗？

神的世界里没有“应该”或“不该”。你想做什么就去做吧。去做那些反映你、重新呈现更好的你的事情。如果你想感到难过，那你就难过好了。

但别批判，别责怪，因为你不知道事情的起因是什么，也不知道它的结果会怎样。

请你记住：你责怪的，将会责怪你；你批判的，将会变成你自己。

较好的做法是，设法去改变这些不再反映最真实的你的事情，或者帮助别人去改变这些事情。

更好的做法是，去祝福所有人——因为一切都是神借由活着的生

命所创造的，而活着的生命便是最高贵的造物。

我们可不可以暂停，让我喘口气？刚才我听到你说神的世界没有“应该”和“不该”，我没听错吧？

没听错。

那怎么可能呢？如果你的世界里没有，那在什么地方才有呢？

倒也是——那在什么地方……？

我再重复这个问题。如果“应该”和“不该”没有出现在你的世界，那它们会出现在哪里呢？

出现在你的想象 中。

但有人曾经教我分辨对与错，是与非，应该与不该，他们说所有这些规则都是你 ，也就是神，定下的。

那是教你的那些人搞错了。我从来不曾规定“对”或“错”，“是”或“非”。那么做等于彻底夺走你最大的天赋，那就是随心所欲地行事并经验其后果的可能，以及依照你的真实身份的形象和模样创造新的你自己的机会，还有依照你对自己能力的最大观念去不断超越自己的空间。

说某件事——某个思维、话语或行动——是错的，等于告诉你别去做它。告诉你别去做它等于限制你。限制你等于否定你的真实身份，等于剥夺你创造和经验真相的机会。

有人说我赠予你自由的意志，然而这些人也宣称，如果你不遵从我，我将会把你打入地狱。那算是什么自由的意志呢？难道这不是对神的嘲弄吗？难道这等于说我们之间不存在任何真正的关系吗？

好吧，现在我们来到了另一个我想讨论的领域，那就是你刚刚说到的有关天堂和地狱的事情。听你说起来，好像根本没有地狱这个地方嘛。

地狱是存在的，但它不是你想的那样，你也不会因为人家跟你说的那些原因下地狱。

地狱是什么呢？

它是你对自己的选择、决定和造物所可能产生的最糟糕后果的经验。它是所有否定我、或者拒绝承认真正的你和我之间存在本质关系的观点的自然后果。

它是错误的思维给你带来的痛苦。然而连“错误的思维”这个说法也不准确，因为实际上错误这种东西是不存在的。

地狱是欢乐的对立物。它是缺陷。它是认识到你的真实身份和你的本质，却无法予以经验。它是不能成为最好的你 。那就是地狱，对你的灵魂而言，没有比这更大的地狱了。

但地狱并非人类幻想出来的这个地方，你以为在地狱里，你会遭到某些永恒之火的炙烤，或者遭受到无休无止的折磨。我何必那么做呢？

就算我有那种完全非神的想法，认为你“配”不上天堂，我又怎么会费劲来报复或者惩罚你们的失败呢？难道我直截了当地抛弃你们不更省事吗？我哪来如此强烈的仇恨，要让你们永久地忍受其类型和程度都难以形容的痛苦呢？

也许你会回答，我是为了公正才那么做；可是如果是为了公正，难道我在天堂里拒绝与你们交流还不够吗？难道还需要无穷尽的痛苦折磨吗？

我跟你说吧，你们那些基于怕的神学理论所构建的死后经验根本是不存在的。然而，灵魂确实会有一种十分郁闷、十分欠缺、十分逊色于整体、十分远离 神的最大欢乐的经验，那对于你的灵魂来讲就是地狱。但我告诉你，我 并没有派你到那里去，我也没有令这种经验落到你身上。每当将你的自我和你本人关于你的最高思维分开，每当你拒绝你的真实身份和你的本质，你便创造出那种经验，是你自己创造

出来的。

然而甚至连这种经验也不是永恒的。它不可能恒久不变，因为我的计划并不允许你永远地和我分离。真的，这样的事情是不可能的——因为要完成这样的事情，不但你必须否定你的真实身份，我也必须否定你的真实身份。而这是我永远不会做的。只要我们中有一个认定关于你的真相，那么关于你的真相就绝对能够占据上风。

但如果没有地狱，那我岂非可以恣意妄为，丝毫不用害怕有报应？

难道只有怕才能让你去成为正直的人，去做正义的事，去拥有正确的东西？你必须受到威胁　才会“做好人”吗？“做好人”又是什么意思？谁有资格定义？谁来制定行为规范？谁能做出裁决？

我告诉你吧：你是你自己的裁决者。你设定行为规范。你过去和现在做得有多好，由你自己说了算。因为只有你才能确定你的真实身份和本质——以及你的理想身份。而且你是唯一 能够评判你的所作所为的人。

别人永远不能审判你，就算是神，又为何、如何会审判神自己的造物，并用坏来形容它呢？如果我想要你处在完美的状态，只做完美的事情，我就会让你留在你出身的那个绝对完美的世界。这个过程的全部意义就在于，让你去发现你自己，去创造你的自我，从而成为真正的你——成为你真心想成为的你。然而你不可能成为真正的你，除非你还可以选择成为别的东西 。

因此，我怎么会由于你选择了我提供给你的选择而惩罚你呢？如果我不希望你有第二项选择，那我为什么不只是创造第一项就好了呢？

将我定义为睚眦必报的神之前，你必须问你自己这个问题。

让我来直接回答你的问题吧：是的，你可以为所欲为，丝毫不用害怕有报应。然而，意识到结果对你也许不无助益。

结果即是后果。自然的结局。这些与报应或惩罚完全不同。结局只是结局而已。它们是自然规律的自然应用的后果。它们是作为已然的后果而发生的必然 ，它们的发生是完全可以预料的。

所有物质生活的运转都遵从自然的规律。只要你回忆起这些规律，并应用它们，你就能够在物质层面上掌控生活。

你所谓的惩罚——或者你所谓的不幸，或者倒霉——无非是自然规律在维护其自身而已。

看来我只要认识这些规律，并遵从它们，就再也不会有麻烦的时刻了。你的意思是这样的吗？

要是那样，你经验到的你的自我将永远不会处在你所谓的“麻烦”状态中。你的生活将不会遇到任何问题。你将不会遇到让你惊慌的情况。你将会结束所有的忧虑、怀疑与害怕。你将会过上你幻想中的亚当与夏娃的生活——当然，你不像他们那样是绝对领域中摆脱肉身束缚的神灵，而是相对领域中寄居于肉身的灵魂。然而你将会得到你的灵魂拥有的全部自由、欢乐、安宁、智慧、悟性和能力。你将会成为圆满地实现了自我的生命。

这是你的灵魂的目标。这是它的追求——在肉身中圆满地实现其自我，变成其真实本质的化身 。

这是我为你定下的计划。这是我的理想：我将要通过你实现我自己。那样的话，概念就被转化为经验，我将会经验地 认识到我自身。

宇宙的各种规律都是由我设定的。它们是完美的规律，创造出完美的物质功能。

你曾见过比雪花更完美的东西吗？其精巧、形状、对称、自相似性和独特性无不叫人百思不得其解。这种美妙自然现象的神迹让你赞叹不已。然而，我光用一片雪花就能展现出宇宙规律的完美，你怎么还会认为我无法对整个宇宙也这么做呢？

即使看到宇宙万物对称的结构和完美的形状——从最大的天体到最小的粒子——你亦将无法在你的现实中领会到宇宙的真相。就算是现在，你已经管中窥豹，略见一斑，然而你也无法想象或者理解它的奥义。然而你能够认识到宇宙的真相是深奥的——其复杂和非凡，远非你目前的理解能力所能接受。你们的莎士比亚说得非常好：天上人间的事，赫拉修，比你的哲学所能梦想到的多得多。

那么我如何才能认识到这些规律呢？我要怎样才能学习到呢？

这不是学习的问题，而是回忆的问题。

我如何能回忆起它们呢？

由静修开始。摒绝外界的杂音，以让内在世界能够带给你观察力。这种内观是你要追求的，然而当你深深地关注外在的世界时，你便不能拥有它。因此，想办法尽可能地深入内在世界吧。如果你没有走进内在世界，那么与外在世界打交道时，要由内在世界出发。记住这个道理：

如果你没有走进内在世界，你就会一事无成。

复述的时候用上第一人称，这样会更加亲切：

如果我

没有走进内在世界

我就会

一事无成。

你这辈子什么也没做成。然而你不必如此，本来不必如此。

没有你达不到的成就。没有你做不到的事情。没有你得不到的东西。

这听起来就像望梅止渴。

你希望神向你许下什么样的承诺呢？如果我向你许下较为差劲的承诺，你就会相信我吗？

几千年来，人类不相信神的承诺，原因无它：那些承诺太美好了，以至于你们认为是虚假的。于是你们宁可选择较差的承诺，选择较差的爱。因为神最高的承诺来自最高的爱。然而你们无法想象出完美的爱，所以想象不到完美的承诺。也想象不出完美的人。因此你们甚至连你们的自我也不敢相信。

无法相信这些意味着无法信仰神。因为对神的信仰来自对神最大的礼物（无条件之爱）和神最大的承诺（无限制之潜能）的信任。

能让我插句话吗？我也不想打断口若悬河的神……但是我从前听过这种无限制之潜能的说法，它并不符合人类的经验。普通人遇到的各种问题就不提了——那些先天有精神或者身体障碍的人遇到的困难又怎么说呢？他们的潜能也是没有限制的吗？

在你们的经书里，你们自己用各种方式，在许多地方都表达了这个意思。

给我举个例子吧。

打开你们的《圣经·创世记》第11章第6节，看看你们写了些什么。

《圣经》上写着："看啊，人类融为一体，他们拥有相同的语言，这是他们将要做的事情的开端：他们想要做的事情，再也没有做不成的了。"

对。那你现在相信这个道理了吗？

那又不是在回答有关受到限制的老弱病残的问题。

你认为他们所谓的受到限制不是他们选择的吗？你以为人类的灵

魂与生活难题——不管是什么样的难题——的遭遇是偶然 的吗？你是这么想的吗？

你是说灵魂将要经验的生活是它预先选择好的吗？

不，否则这种遭遇的目标就无法实现啦。这种遭遇的目标是在美妙的此刻创造 你的经验——也就是创造你的自我 。因此，你并没有预先选择好你将要经验的生活。

然而你可以选择各种人物、地点和事件，选择各种条件和环境、难题和障碍、机会和选项，用这些来创造你的经验。你可以为你的调色板选择颜料，为你的箱子选择工具，为你的店铺选择机器。你用这些来创造什么是你的事。生活也是这样。

就你已经选择要做的所有事情来说，你的潜能是没有限制的。别草率地认为，某个化为你所谓的受到限制的身体的灵魂，并没有发挥它的全部潜能，因为你不知道这个灵魂想做的是什么。你不知道它的任务安排 。你不清楚它的意图 。

因此，要祝福每个人和每种境况，要表达感恩之情。这样你就肯定了神的造物的完美——并且表示你相信神的造物是完美的。因为在神的世界里，没有偶然发生的事情，没有碰巧发生的事情。这个世界也没有随机的选择，或者你们所谓的命运。

如果连雪花的形状也极其完美，难道你认为像你们的生活这么重要的东西反倒不完美了吗？

但耶稣也会给人治病。如果那些人的境况是如此“完美”，他何必去医治他们呢？

耶稣医治那些人，并非由于他认为他们的境况不完美。他治愈那些人，是因为他看到那些灵魂请求的治疗是它们的过程的组成部分。他看到了过程的完美。他认识和理解灵魂的意图。要是耶稣觉得所有的疾病，不管是精神的还是肉体的，都代表了不完美，那他为什么不干脆一下子治愈地球上所有病人呢？你怀疑他没有这种能力吗？

不。我相信他有。

很好。人们也许会问：他为何不那么做呢？基督为何决定让有些人受苦，却又治愈其他人？说到病痛，神为什么竟然会让人受苦？这个问题从前也被提起过，答案总是相同的。生活的过程是完美的，而且所有的生活都源自于选择。干预选择是不合理的，质疑它也是。而谴责它尤其不合理。

合理的做法是观察它，然后尽量帮助灵魂寻求和做出更高的选择。因此，请关注他者的选择，但别对其指手画脚。请认识到他们的选择对于此刻的他们来说是完美的——然而，若是某个时刻来临，他们要寻找新的选择，不同的选择，更高的选择，请随时准备协助他们。

与他人的灵魂进行交流吧，你将会明白他们的目标和意图。这是耶稣对那些他治愈的人，那些他曾触及其生活的人所做的。耶稣治愈了那些去找他的人，以及所有那些请人来向他哀求的人。他并没有随随便便就给人治病。否则就会违反神圣的宇宙法则：

让每个灵魂去走它的路。

但这意味着别人没请求的时候我们不能去帮助他们吗？肯定不是这样的，否则我们就不能帮助印度挨饿的儿童、非洲苦难的民众，或者贫民，或者各地受压迫的人了。否则所有人道主义的努力将会白费，而所有的善行都会被禁止。难道必须等某个人朝我们发出绝望的呼声，或者某个国家的人民哀声求助，我们才能获准去做明显是对的事吗？

你也看到的，这个问题本身就是答案。如果某件事明显是对的，那么你就去做。但请记住，别向你所谓的“对”与“错”下终极判断。

事物是对或错，只是因为你说它是而已。事物本质上没有对或者错。

真的吗？

“对”与“错”并非本质的条件，而是个人价值系统中的主观判断。你的自我是通过你的主观判断而被创造出来的——你的真正身份是通过你的个人价值观而被确定和展示的。

世界之所以是如今这个样子，是为了你能够做出各种判断。如果世界以完美的状态存在，你创造自我的生活过程将会终结。它将会结束。若是再也没有争讼，律师的职业明日就会结束。若是再也没有疾病，医生的职业明日就会结束。若是再也没有困惑，哲学家的职业明日就会结束。

那若是再也没有问题 ，神的职业明日也会结束咯！

确实如此。你说得真完美。假如再也没有什么可创造的，我们全体的创造过程将会完结。让这个游戏继续下去 与我们全体有密切的利益关系。我们常说要解决所有的问题，却不敢解决所有 的问题，否则我们就没别的事可做了。

你们的军事工业复合体非常明白这个道理。所以，一切成立反战政府的尝试都会遭到它的极力反对。

你们的医疗机构也明白这个道理。所以，一切神奇的新药或者新疗法都会遭到它的顽固排斥，不药而愈的奇迹就更别提了——它为了自身的生存不得不这么做。

你们的宗教团体也心知肚明。所以，一切不包含怕、审判和报应的神的定义，一切认为其教义并非通往神的唯一道路 的自我的定义，都会遭到它的驳斥。

如果我告诉你，你就是 神——宗教还有什么意义呢？如果我告诉你，你已痊愈，科学和医学还有什么意义呢？如果我告诉你，你将会平静地生活，那些致力于和平的人还有什么意义呢？如果我告诉你，世界已被修好——世界还有什么意义呢？

那些修水管的工人还有什么意义呢？

世人基本上可以分为两类：把你想要的东西给你的人，修东西的人。从某种意义上来讲，即使那些只是把你想要的东西给你的人——肉贩、面包师傅、制蜡工人——也是修理者。因为你对事物有欲望，通常意味着你对它有需要。所以人们说瘾君子需要修理 。因此，当心点，别让欲望变成瘾 。

你是说世界将会永远充满各种问题吗？你是说世界的现状其实正是你想要的 吗？

我说的是，如同雪花以它的形状存在那样，世界以它的现状存在，原因在于它的现状是被设计好的。它的现状，正如你们的生活的现状，是你们创造出来的。

你们 想要的，就是我想要的。等到你们真的想要结束饥饿那天，人世间将不再有饥饿。我赐给你们许多可以用来做这件事的资源。你们有各种各样的工具可以用来做出这个选择。可是你们没有。不是因为你们没有能力 去做。世界能够在明天便消除饥饿。只是你们选择了不去消除。

你们宣称有许多理由导致每天必须有四万人死于饥饿。其实那些都不算理由。然而，就在你们说无力阻止每天四万人死于饥饿的同时，你们每天还将五万个人带到你们的世界来开始新的生活。你们居然说这是爱。你们居然说这是神的计划。这个计划完全没有逻辑或者理性，怜悯就更别提了。

我正在用平白浅显的语言来向你表明，世界以目前的方式存在，是因为你们选择了让它这样 。你们系统地破坏你们自己的环境，然后又认为那些所谓的自然灾害便是证据，表明了神残忍的玩笑或者自然的冷酷无情。与你们开玩笑的是你们自己，冷酷无情的也是你们自己。

没有什么比自然更温柔，真的没有 。没有什么比人对待自然的方式更加残酷，真的没有 。然而你们摆脱所有干系，推卸所有责任。那并非你们的错，你们说，而且你们这种说法确实也对。那并非对错 的

问题，而是选择 的问题。

你们可以选择在明日结束砍伐你们的雨林。你们可以选择不再消耗笼罩你们的星球的保护层。你们可以选择中断对地球精妙生态系统的持续攻击。你们可以设法将雪花拼回原来的模样——或者至少别让它不可挽回地溶化下去——但你们愿意那么做吗？

你们同样可以在明日就停止所有战争 。那是简单而容易的事。那只需要——向来只需要——你们全部人同意就行了。然而，如果你们连一致同意停止相互残杀这么简单的事情都做不到，又怎能挥舞拳头呼唤上苍来整理你们的生活？

你们不愿为你们的自我做的事情，我也不愿意去做。这就是神的规律和旨意。

世界有当今的情势，原因在于你们，和你们所做的选择——或者没做的选择。

（不选择等于选择。）

地球有当今的状况，原因在于你们，和你们所做的选择——或者没做的选择。

你们自己的生活有当今的境遇，原因在于你们，和你们所做的选择——或者没做的选择。

但我可没有选择被卡车撞到！我可没有选择被歹徒抢劫，也没有选择被色狼强奸。人们会这么说。世界上有些人会这么说。

特定的社会环境促使歹徒产生盗窃的欲望，或者感到有盗窃的需要，而促成这种环境的根源正是你们所有人 。你们所有人创造了那种让强奸得以存在的意识。正是在你们明白你们自己 便是犯罪的根源的时候，你们才能够着手改善滋生犯罪的社会环境。

让饥饿者有食物，让贫穷者有尊严，让不幸者有机会。终结那种

使民众艰难度日、愤愤不平、看不到明日的偏见。废除你们强加给性能量的那些无意义的禁忌和束缚，去帮助别人真正领略它的神奇，恰当地为它提供流通渠道。去做这些事情，再经过长时间努力，你们将能够永远地消除抢劫和强奸。

至于所谓的“意外事故”——转弯而来的卡车、从天而降的砖块，请学会把它们当作是生活中的小插曲，去接受它们。你们到这个世界，是为了设计出个人的计划，来救赎你们自己。然而这种救赎并不意味着让你们自己摆脱魔鬼的纠缠。因为没有魔鬼这种东西，地狱也并不存在。你们是在将自己从无法实现的遗忘中救赎出来。

你们不可能输掉这场战斗。你们不可能失败。因而它根本不算战斗，仅是过程而已。可是如果不明白这个道理，你们就会把它当成持续的斗争。你们甚至会旷日持久地相信这是一场战斗 ，乃至围绕它创造出一整个宗教。这个宗教将会教导你们，斗争就是生活的全部意义。这是虚伪的教条。只有在不斗争中过程才会继续。只有在让步中才能获得胜利。

意外事故发生，是因为它们发生了。在生活的过程里，某些特定的因素会在特定的时刻以特定的方式聚集，产生特定的后果；出于你自己某些特定的原因，你选择称这些后果为不幸。然而如果结合你的灵魂的任务安排来看，或许它们根本并非不幸。

我告诉你：世上没有 巧合，没有 “偶然”发生的事情。每件事、每次遇险都是你的自我召唤给你的自我的，目的是让你能够创造和经验到你的真实身份。所有真正的大师都明白这道理。所以这些神秘的大师在面临你们所谓的 最糟糕的生活经验时，依旧能够处之泰然。

有些基督教的伟大导师也懂得这道理。他们知道，耶稣并没有因为将要被钉上十字架而惊惶，反而充满了期待。他可以走开，但没有那么做。他能够随时停止该过程。他拥有那样的能力。然而他也没有那么做。他任由自己被钉上十字架 ，目的在于借此展现人类的永恒救赎。看吧 ，他说，看看我能做到的事 。看看真相 是什么。要明白，这些事情，以及别的事情，你们也都能做得到。因为你们是神，难道

我没说过吗？可是你们并不相信。既然你们不能相信你们自己，那么就请相信我吧。

耶稣十分慈悲，他热切地希望以如此壮烈的方式——并创造出这种方式——来让世人明白，所有人都能够上天堂（也就是自我实现）；而且如果没有别的办法上天堂，那就通过他吧。因为他战胜了悲惨和死亡。你们也能战胜。

基督最深刻的教诲并非你们将会 拥有永恒的生命——而是你们本来就有 ；并非你们将会 拥有神的手足之情，而是你们本来就有 ；并非你们将会 拥有一切你们想要的东西，而是你们本来就有 。

要达到那种境界，你们只需要明白这个道理 。因为你们是你们的实在的创造者，你们想要 生活展现什么样的面貌，生活就将会展现什么样的面貌。

事物最初只能在你的思维 中存在。这是创造的第一步。圣父就是思维。你的思维是万物的起源。

这是我们要记住的规律之一吧。

是的。

你能说说别的规律吗？

别的规律我也告诉过你们。我跟你们说过所有的规律，自有时间以来。我反反复复地告诉过你们。我给你们指派了一个又一个的导师。你们不去聆听我派去的导师。你们杀害他们。

但为什么 呢？我们为什么要杀害我们之间最神圣的人呢？我们要么杀死他们，要么羞辱他们。为什么呢？

因为他们反对你们每个否定我的思维。你们必须先否定我，才能否定你们的自我。

我为什么要否定你，或者否定我呢？

因为你们怕。因为我的承诺美好得像是虚假的。因为你们无法接受那最美好的真相。所以你们只好自贬身份去信奉某种宗教，而它教导的是怕、无能和拒斥，而非爱、力量和接纳。

你们心中充满 了怕——你们最怕的是，我最大的承诺可能是生活最大的谎言。为了让自己能够抵御这种怕，你们创造出你们所能创造的最大幻想：你们宣称，一切赋予你们神的力量、送给你们神的爱的承诺，必定是魔鬼的虚假承诺 。神不会做出这样的承诺，你们告诉你们自己，只有魔鬼才会——借此诱导你们去否定神的真实身份，让你们不再把神当作可怕、挑剔、妒忌、记仇和严厉的实体中的实体。

尽管这种描述其实更贴近魔鬼（假如魔鬼存在的话）的定义，你们却将这些魔鬼的属性 分配给神，以便说服你们自己别去接受你们的造物主许下的神一样的承诺，也别去接受你们的自我拥有神一样的属性。

这就是怕的力量。

我想消除我的怕。你可以再一次告诉我更多的规律吗？

第一定律是，你能够成为任何你想成为的人，你能够做任何你想做的事，你能够拥有任何你想拥有的东西。第二定律是，你会吸引你怕的东西。

那是什么啊？

情绪 是吸引力。如果你非常怕某样东西，那你将会经验到它。动物——你们认为这是较为低级的生命形式（尽管动物的行动比人类更加率真和更加坚毅）——能够马上认识到你是否怕它。植物——你们认为这是更为低级 的生命形式——对那些爱它们的人远比对那些不在乎它们的人亲近。

这些都并非偶然。宇宙间没有 偶然——唯有那伟大的设计，那不可思议的“雪花”。

情绪是移动的能量。移动能量的时候，你便创造出效应。如果移动足够多的能量，你便能创造出物质。物质是聚合的能量。是四处移动的能量。是相互碰撞的能量。如果你以特定的方式操控能量，而且操控的时间足够长久，你就能得到物质。每个大师都明白这条定律。这是宇宙的炼丹术。这是所有生命的秘密。

思维是纯粹的能量。你现在所有、曾经有过、将来会有的每个思维都是创造性的。你的思维的能量永远不会消灭。永远不会。离开你的存在之后，它便进入宇宙，永远地前进。思维是永恒的。

所有的思维都会凝固；所有的思维都会彼此相遇，交织出不可思议的能量之网，形成美丽得难以言喻的、复杂得难以置信的、永远变幻不定的形态。

相似的能量吸引相似的能量——形成（用简单的话来说）相似的能量“块”。当足够多的同类“块”彼此相遇，相互冲撞，它们就会（也用简单的话来说）相互“黏合” 。因而，需要多得超乎想象的同样能量“黏合起来”才能形成物质。但物质是由纯粹的能量形成的。实际上，这也是物质唯一能够形成的方式。能量一旦变成物质，就长久地保持物质的状态——除非其结构被相反的或者相异的能量形式打破 。这种作用于物质的相异能量确实能够分解物质，释放出构成物质的原始能量。

简单地说，这就是你们的原子弹背后的理论。就发现、解释和应用宇宙的这个创造性秘密而言，爱因斯坦取得了空前绝后的成就。

现在你能更深刻地理解那些头脑相似的人 为何能够共同创造出他们喜欢的现实了吧。“有两个或以上的人以我的名义联合”那句话的含义也变得更加丰富。

当然，如果整个社会 以同样的方式思考，通常会有奇异的事情发生——它们未必全是好事。例如，当社会生活在恐惧中，通常——实际上，是必定 ——会产生出它最怕的东西。

同样地，大型的团体或组织常常发现联合思维（或者是有些人所说的公祷）能够产生制造奇迹的力量。

必须澄清的是，即使个人——假如他的思维（祈祷、希望、心愿、梦想、恐惧）惊人地强大——也能够单独地产生这样的结果。耶稣经常这么做。他明白如何操控能量和物质，如何重新安排它，如何重新分配它，如何彻底地控制它。许多大师明白这一点。现在有许多人认识到这一点。

你也能认识到。就在此刻。

这是亚当与夏娃共同了解的关于善与恶的知识。直到他们认识到这一点之前，你现在认识的这种生活并不存在。亚当和夏娃——你们用来代表第一个男人和第一个女人的神话名字——是人类经验的父亲和母亲。

你们所谓的亚当的堕落其实是他的提升——那是人类历史中最伟大的事件。因为如果没有它，相对的世界将不会存在。亚当和夏娃的行为并非原罪，实际上是最初的幸事。你们应该衷心感谢他们——因为率先做出了“错误”的选择之后，亚当和夏娃制造了机会 ，使人类能够有选择可做 。

你们的神话用“坏”来形容夏娃，将她描绘为荡妇，先是吃掉禁果，也就是关于善与恶的知识，接着又挑逗地邀请亚当也去吃。这种神话的安排使得你们从此将女人当作男人的“祸水”，造成了各种扭曲的现实——当然还有各种歪曲的性观点和性困惑。（你们怎么能够对某种非常坏的事情有非常好 的感觉呢？）

你最怕的东西将会折磨你最多。怕将会像磁铁般把它吸到你身上。人类所有神圣的经书，你们创造过的所有宗教信仰和宗教传统的经书，都清楚地记载着这样的建议：别怕。你认为这是偶然的吗？

这些定律十分简单：

1. 思维是创造性的。

2. 怕吸引相似的能量。
3. 爱无所不在。

哇，你的第三条定律把我搞糊涂了。既然怕吸引相似的能量，爱怎么还能够无所不在呢？

爱是终极的实在。它是唯一。是全部。爱的感受是你对神的经验。

在最高的真实中，爱是那里现在、过去和未来的全部。当你进入到绝对领域，你便进入到爱。

我创造相对领域的初衷是经验我的自我。这已经向你解释过了。这并没有让相对领域变得真实。相对领域是被创造出来的现实，你们和我曾经设计了它，也将继续设计它——以便我们能够经验地认识我们自己。

然而这个造物可以显得非常真实。它的功用 在于显得十分真实，乃至我们认为它确实是存在的。通过这样的方法，神终于创造出了有别于其自身的“其他东西”（不过从最严格意义上来讲，这是不可能的，因为神是——我是——太极）。

在创造“其他东西”——也就是相对领域——的过程里，我制造了一个环境，在其中，你可以选择成为神，而非仅是被告知你是神；在其中，你可以通过创造的行动来获得对神的经验，而非仅有关于神的概念；在其中，阳光下的微弱烛火——最小的灵魂——能够认识到它自身便是光。

怕是爱的另一端 。这是最主要的两极 。当我创造相对领域的时候，我创造了我的自我的对立物。如今，在你们生活着的物质层面的领域里，存在的地方唯有两个：怕与爱。那些源于怕的思维将会在这个物质层面上制造一种现象。而那些源于爱的思维将会制造另一种。

诸多曾在这星球上行走过的大师发现了相对世界的这个秘密——并且拒绝承认相对世界的真实性。简单地说，这些大师只选择了爱。

在每一秒。在每一刻。在每个场合。 即使在他们遭到杀害的时候，他们也爱那些杀害他们的人。即使在他们遭到迫害的时候，他们也爱那些迫害他们的人。

这对你而言很难理解，效仿就更别提了。然而，每个大师确实都曾这么做过 。无论奉行哪种哲学，无论来自哪个传统，无论信仰哪个宗教——每个大师确实都曾这么做过 。

这个例子和这个教训曾经十分清楚地摆在你们面前。再三地、反复地展现在你们面前。历经千秋万世，遍布天涯海角。贯穿你们生命的始终，在你们生命的每刻。宇宙曾通过一切方法把这个真相摆到你们面前。通过歌曲和故事，通过诗词和舞蹈，通过话语和运动——通过运动的图像，也就是你们所说的电影，也通过话语的汇编，也就是你们所说的书籍。

它曾在最高的山峰被大声地喊出，它曾在最低的地方被轻微地听到。这条真相的声响曾经在所有人类经验的走廊 里回荡：其回音就是爱。然而 你不曾去听。

如今你遇到这本书，再次向神提起神已经无数次以无数种方式回答过你的问题。然而我将会再次告诉你，就在这里 ，就在此书的文字当中。你现在愿意听了吗？你真的愿意听吗？

你以为是什么促使你遇到这本书？是什么导致你把它捧在手里？你以为我不知道我正在做什么吗？

宇宙里没有偶然。

我曾听到你心的呼喊。我曾见到你的灵魂的追寻。我知道你有多么渴望真相。你曾痛苦地呼唤它，也曾快乐地呼唤它。你无休无止地哀求我。求我展现 我自己。解释 我自己。揭示 我自己。

现在我正这么做，在这里，以如此平白的说辞，你不可能误解。以如此简单的语言，你不可能混淆。以如此普通的字词，你不可能在措辞中迷失。

所以来吧。问我任何问题。无论什么问题都可以。 我将会想办法回答你。我将会用整个宇宙来做这件事。所以请谨慎一点。这本书远非我唯一的工具。你可以提出问题，然后放下这本书 。但要去观察，去聆听。下一首你听到的歌曲的歌词。下一篇你读的文章里的信息。下一部你看的电影的情节。下一个你遇到的人的闲聊。或者下一条河流、下一片海洋、下一阵拂过你耳朵的和风的低吟——所有这些都是我的工具 ；所有这些地点我都能去到。如果你愿意听，我将会与你说话。如果你愿意邀请我，我将会来找你。到时我将会让你看到，我一直都在。

以各种各样的方式。

# Chapter 02

你必将指引我生活的道路：

在你面前是圆满的欢欣，

在你的右手是

永恒的快乐。

——《诗篇》第16章第11节

我这辈子一直在寻找通往神的道路……

我知道你一直……

……如今我找到了这条路，却不敢相信。好像是我坐在这里，写下这些文字给我自己。

是这样啊。

这可不像与神交流会有的感觉。

你想要各种华而不实的表象吗？我来看看能给你安排点什么。

你知道的，对吧，有些人会把这整本书当作是对神的亵渎。如果你继续表现得像个聪明的家伙，那他们就更会这么想了。

让我来向你稍做解释吧。你认为神只能以一种方式在生活中出现。这是非常危险的观念。

它阻碍你明白神无所不在的道理。如果你认为神只有一种模样，或者只有一种声音，或者只有一种存在 方式，你就会日日夜夜都看不到我。你将会毕生寻找神，却找不到她 。因为你在找的是他。我用这个作为例子来说明。

有人说，如果你不能从污秽卑微中看到神，你便不能全面地理解神。那是伟大的真相。

神既存在于悲哀，亦存在于欢笑；既存在于痛苦，也存在于甜蜜。万事万物背后都有神的用意——因而万事万物中都有神的存在。

我曾经想写一本书，书名叫做《神是蒜香腊肠三明治》。

那将会是非常好的书。其实你的灵感是我赐予你的。你为什么不写出来呢？

那感觉像亵渎神啊。至少也是对神的侮慢，那很糟糕的。

对神侮慢有什么糟糕的！ 谁告诉你神只能用来“尊敬”？神是上与下。热与冷。左与右。神可以用来尊敬，也可以用来侮慢！

你以为神不会发笑吗？你觉得神不喜欢开玩笑吗？你认为神缺乏幽默感吗？我告诉你吧，幽默是神发明 的。

你为什么非要用斯文的语气来跟我说话呢？难道我无法理解粗俗的语言吗？我告诉你吧，你可以像跟你最好的朋友说话那样与我交谈。

你以为人世间有我不曾听见的话、不曾看见的景象、不曾认识的声音吗？

你觉得我会厌恶这些，喜爱那些吗？我告诉你吧，没有我厌恶的东西。对我来说，没有什么是可恶的。一切都是生活，而生活是神的礼物， 是难以言喻的财富，是神圣中的神圣。

我便是生活，因为我是生活的材料。生活的方方面面都有神的用意。万事万物 存在的理由都得到神的理解和批准。

这怎么可能呢？人类创造出来的恶事也是这样的吗？

你们所创造的东西 ——思维、物体、事件或任何 经验——不可

能超出神的计划。因为神的计划是让你们去创造一切，你们想要的一切 。这种自由包含了神之为神的经验——我正是为了这种经验才创造你们的 ，才创造生活本身的。

恶事是你们称为恶的事。然而连恶事我也喜爱，因为唯有通过你们称为恶的事，你们才能认识到善，唯有通过你们称为魔鬼所为的事，你们才能认识和去做神所为的事。我对热的爱并不多于对冷的爱，对高的爱并不多于对低的爱，对左的爱并不多于对右的爱。这些全是相对的 。这些都是现实 的组成部分。

我对“好”的爱并不多于对“恶”的爱。希特勒上了天堂。 当你理解了这个道理，你就能理解神。

从小我听人们说善和恶确实 存在，是与非彼此对立，有些事情在神看来是不行的，不恰当的，不可接受的。

在神看来，一切都是“可以接受的”，因为神怎么可能不接受现实呢？拒绝一样东西，等于否定它的存在。说它不行等于说它不是部分之我——而那是不可能的。

然而要秉持你的信念，要坚持你的价值观，因为这些价值观属于你的父母，你的父母的父母，属于你的朋友和你的社会。它们形成了你的生活的结构，失去它们，等于拆毁你的经验的支柱。可是你要逐一检查它们。逐一审视它们。别拆掉整座房子，而是查看每块砖头，换掉那些破裂的，那些不再支撑结构的。

你的是非观念仅仅是观念而已。它们是一些思维，形成和创造你的真实身份的本质。改变它们的理由只有一个：那就是你的真实身份让你感到不快乐。改变的用意也只有一个：那就是让你对你的真实身份感到快乐。

唯有你能知道你是否快乐。唯有你能够这么说你的生活——“这是我的造物（儿子），我在其中感到非常满意。”

如果你的价值观对你有用，请坚持它们。请为它们辩护。请为保

护它们而奋斗。

然而请寻找一种不会伤害任何人的奋斗方式。伤害并非治病救人的灵丹妙药。

你说“坚持你的价值观”，同时又说我们的价值观全是错误的。请为我解释吧。

我可没说过你们的价值观是错误的。但也没说过它们是正确的。它们无非是判断，评价，决定。在绝大多数情况下，做出这些决定的并不是你们，也许是你们的父母。你们的宗教。你们的教师、历史学家、政治家。

你们把许多价值判断视为你们的真相，其中很少是由你们本人根据自己的经验而做出的。可是经验是你们到这里来的目的——唯有用经验你们才能创造你们自己。然而你们竟然用别人的经验来创造你们自己。

如果有罪行这种东西的话，那么这就是罪行：任由你们自己因为别人的经验而变成现在的你。 这就是你们所有人犯下的“罪行”。你们没有等待你们自己的经验，你们把别人 的经验当成福音（真的是这样），然后，当你们初次遭遇真实的经验 时，你们就会用已有的认识去覆盖这次遭遇。

如果你们没有这么做，你们也许会拥有完全不同的经验——这种经验也许会证明你们原来的老师或者认识来源是错误 的。而在绝大多数情况下，你们不想令你们的父母、学校、宗教、传统和经书出错——所以你们否定了自己的经验 ，继续根据别人所说的去思考 。

没有什么比你们对待性爱的态度更能说明这一点。

每个人都知道，在你们人类所能拥有的物质 经验中，性经验是最美好、最兴奋、最强大、最提神、最新奇、最激励、最积极、最亲密、最和谐和最具有再造力的。你们通过经验发现了这个秘密，可是你们选择去接受其他人提出的那些关于性爱的判断、看法和观念——

那些人全都想操控你们的思维。

这些看法、判断和观念截然不同于你们自己的经验，然而由于你们不愿认为你们的老师是错误的 ，于是你们说服自己相信，错误的肯定是你们的经验。这促使你们背叛了你们关于这个问题的真正的真相——还造成了许多破坏性的后果。

你们对待钱也是如此。每当你在生活中拥有许许多多的钱，你们就会觉得非常爽。拿到钱你们觉得很爽，花掉钱你们也觉得很爽。钱并没有什么不好，也谈不上邪恶，更算不上本质性的“错误”。然而你们却发自内心地认可别人关于这个主题的教导，乃至为了保护“真相”而拒绝 你们的经验。

将这种“真相”视若己出之后，你们围绕它形成了许多思维——这些思维都是创造性的。因而你们围绕钱创造了个人的现实，这种现实把钱从你们身边赶走——因为你们怎么会设法去吸引不好的东西呢？

更离谱的是，你们也围绕神创造了同样的矛盾。你们的心对神的所有经验都告诉你们，神是好的。你们的老师所教的一切关于神的知识告诉你们，神是坏的。你们的心告诉你们，要真心去爱神，不用怕神。你们的老师告诉你们，神是可怕的，因为他是个睚眦必报的神。在生活中你们要时刻害怕神的怒火，他们说。你们在神面前要浑身发抖。你们这辈子都要害怕耶和华的审判。因为耶和华是“正义的”，人们这么对你们说。神知道，如果你们胆敢抗御耶和华的审判，你们将会遇到麻烦。因此，你们要“遵从”神的戒律。诸如此类。

除此之外，你们还不能问这样的逻辑问题：“如果神想要人们严格遵从他的戒律，那他为什么要创造出机会让人们违反那些戒律呢？”啊，你们的老师告诉你们——因为神想要你们拥有“自由的意志”。可是，如果选了这个，没选那个，你们就要遭到责罚，这算什么自由的选择啊？如果“自由的意志”不是你们的意志，而是别人的意志，并且你们非遵从不可，那它怎能被称为自由呢？那些如此教导你们的人把神变成了伪君子。

人们告诉你们，神是宽恕的，慈悲的——可是如果你们不以“正确的方式”祈求他的宽恕，如果你们“接近神”的方式不合适，神将对你们的哀求充耳不闻，将对你们的哭喊无动于衷。尽管如此，倘若合适的方式仅有一种，那也不算太糟糕，可是每个老师教的“合适的方式”又都不相同。

你们大多数人因此将成年生活的大部分都用于寻找“正确”的方式去崇拜神，去遵从神，去为神服务。这一切的搞笑之处在于，我并不需要你们的崇拜，也不需要你们的遵从，更不需要你们来为我服务。

这些是古代那些暴君——通常是妄自尊大、杯弓蛇影、专制滥权的君王——要求他们的臣民做出的行为。它们根本就不是神的戒律——而离奇的是，世界到现在尚未明白这些戒律是伪造的，与神的需要或者欲望毫无关系。

神没有需要。神就是太极：太极就是一切。因此，从定义上来讲，神不需要也不缺少任何东西。

如果你们选择去信仰一位莫名其妙地需要某样东西的神——这位神如果没得到他想要的就会生气，就会惩罚那些他认为本应供奉那样东西的人——那你们就选择了去信仰一位比我小得太多的神。那你们就真的是差劲之神的孩子。

不是这样的，我的孩子，让我通过这本书再次向你们澄清：我没有需要，也没有要求。

这并不意味着我没有欲望。欲望和需要 不是相同的东西（不过你们大多数人在现世生活里将它们混为一谈）。

欲望是所有造物的起点。它是最初的思维。它是内在于灵魂的伟大感受。它就是神，决定着接下来将要创造的东西。

那神的欲望是什么呢？

我的第一个欲望是，认识和经验我自己， 最辉煌的我自己——认

识真正的我。在创造你们——以及宇宙里所有的世界——之前，这对我而言是不可能做到的。

我的第二个欲望是，你们将会认识和经验你们的真实身份， 利用我赋予你们的能力，随心所欲地选择任何方式去创造和经验你们自己。

我的第三个欲望是，整个生命的过程在每个此刻都能经验到持续的欢乐、不断的创造、无尽的成长和完整的满足。

我已经创建了完美的系统，以便这些欲望能够实现。它们正在实现的过程中——就在此刻。你们和我的唯一区别是，我认识到这一点。

在你完全认识的那一刻（这一刻随时都可能降临在你身上），你们也将会拥有我向来拥有的感受，将会感到彻底的欢乐、喜爱、宽容、祝福和感恩。

这些是神的五种态度 ，在我们结束此次对话之前，我要让你们看到，在你们的生活中应用这五种态度如何——以及将会 ——把你们带入神的领域。

你的问题很简单，可是我的回答却这么长。

是的，坚持你的价值观——只要你经验到它们对你有用。然而要仔细看清楚，这些你用思维、话语和行动保卫的价值观是否将你心目中最美好的自己带入你的经验空间。

逐一检查你的价值观。让它们接受公众的审视。假如你能够泰然自若、毫不犹豫地告诉世界你是谁，你的信念是什么，你对自己便是满意的。那你就再也没有理由继续与我对话了，因为你已经创造出不需要提高改进的自我，以及适合 这个自我的生活。那你就到达完美的境界，可以放下这本书了。

我的生活并不完美，也尚未接近完美。我的人不完美。实际上，

我有许多缺点。我希望——有时候我全心全意地希望——我能改正这些缺点；我希望明白是什么引发我的行为，是什么导致我沦落，是什么不停地挡住我的路。这就是我来找你的原因吧，我想。我没有能力独自找到答案。

你来了我很高兴。我总是在这里准备帮助你。现在我就在这里。你再也不用独自去寻找答案啦。其实以前你也不用独自去找的。

可是这样感觉……太放肆 了……就坐在这里，以这样的方式与你对话，而且还想象你——神 ——正在回答我，其实我想说的是，这太疯狂了。

我明白。你是说《圣经》的那些作者个个头脑正常，你反倒疯了。

《圣经》的那些作者见证了基督的生活，并忠实地记录下他们的见闻。

你说的不对。大部分《新约》作者在他们的生活中从来不曾遇见或看到耶稣。他们出生的时候，耶稣已经离开地球很多年。就算在街道上碰到拿撒勒的耶稣，他们也认不出来。

但是……

《圣经》的那些作者是伟大的信徒和伟大的历史学家。他们听取了那些先辈世代相传、传给他们和他们的朋友的故事，最终将这些故事写成书。

那些作者所写的一切并非全都包含在《圣经》的定稿里。

已经有些“教会”围绕耶稣的训导而兴起——而且和人们围绕某个强大的观念结成帮派时必定发生的情况相同，这些教会或者组织里有一些特定的人，他们有权决定将耶稣故事的哪个部分、用何种方式公之于众。这种选择和编辑的行为贯穿了整个收集、撰写和出版各种福音书和《圣经》的过程。

甚至在最初的经文被写下几个世纪之后，教会的最高决策机构还再次决定哪些教义和真相应该出现在当时官方版本的《圣经》中，而哪些则是“不健康的”和“不成熟的”，不能让大众知道。

也有其他神圣的经文，每篇都是由平凡人在获得神的启发时写下的，那些平凡人并不比你更加疯狂。

你是在说这些文字有朝一日将会变成“神圣的经文”吗？你不是真的这么想的吧？

我的孩子，生活的一切都是神圣的。 由此来看，是的，这些是神圣的文章。但我不会与你玩文字游戏，因为我明白你的意思。

不是的，我的意思并非这些文字有朝一日将会变成神圣的经文。至少几百年之内不会，或者在这种语言过时之前不会。

你也知道的，问题在于，这里所用的语言过于口语，过于浅近，过于现代。人们认为如果神直接与你对话，他的口吻不该像隔壁的邻居。经书的语言结构就算不是神圣的，也应该是正统的。有点庄重。有点神圣的感觉。

正如我早前说过的，那是问题的一部分。人们以为神只以一种形式“现身”。任何有悖于那种形式的都会被当成是对神的亵渎。

那跟我刚才说的一样。

那跟你刚才说的一样。

但让我们回到你的问题的核心。你为什么觉得能够与神对话很疯狂呢？难道你不相信祈祷吗？

我相信，但那不同的。对我来说，祈祷总是单方面的，神素来一成不变。

神从来不曾回答你的祈祷吗？

那倒不是，但不曾用言语来回答，你知道的。我的生活中发生了许多事，我坚信它们就是对我的祈祷的回答，非常直接的回答。但神从来不曾与我说话 。

我明白了。看来你信仰的这位神无所不能，就是不能说话。

神当然能说话啦，前提是神想说。只是神好像不太可能想跟我说话。

这就是你在生活中经验到的每个问题的根源 ——因为你竟然认为自己不配成为神的交谈对象。

天哪，假如你连自己有资格成为我说话的对象都不敢想象，你怎能期待听见我的声音呢？

我告诉你吧：此刻我正在施行奇迹。因为我不仅正在对你说话，而且也对每个拿起这本书、正在阅读这些词汇的人说话。

他们每个人都是我现在的交谈对象。我认识他们每个人。现在我就知道谁将会看到这些文字，我也知道情况将会跟我所有其他交流相同，有些人将能够听进去，而有些人虽然能够听到，却将会置若罔闻。

嗯，这让我想起别的事。我已经在考虑出版这份材料啦，尽管目前我还正在写。

好啊。那有什么“错”吗？

有人会说我为了赚钱而杜撰了这整本书吧？难道这不会让整本书显得可疑吗？

你写作的动机就是赚大钱吗？

不是。那不是我开始写这本书的原因。我在纸上开始这次对话，是因为三十年来，我的头脑饱受许多问题的折磨，我一直渴望 知道这些问题的答案。把所有这些问题写成书的想法是我后来才有的。

是我让你有的。

是你？

是的。你不会认为我准备让你浪费所有这些非凡的问题和答案吧？

我没想过这个问题。刚开始的时候，我只是得到那些问题的答案；只想终结我的挫折，只想结束我的追寻。

很好。那么别再质疑你的动机了（你总是不停地这么做），让我们继续来对话吧。

# Chapter 03

嗯，我的疑问有百个。千个。百万个。问题在于，有时候我不知从何说起。

把这些疑问全列出来。随便从哪里　开始都可以。来吧，现在就来。把你想到的疑问列出来。

好吧。有些会显得非常简单，非常普通。

别再给你自己下判断。把它们列出来就好了。

行啊。嗯，我现在想到的就是这些：

1. 我的生活什么时候才能平步青云？要怎样才能“时来运转”，甚至取得小小的成功呢？这种凄惨会终结吗？
2. 我要什么时候才能学会得心应手地处理各种关系？是否有办法可以在那些关系中找到快乐？那些关系非得总是如此棘手吗？
3. 我在生活中为何总是赚不到足够的钱？我的余生注定要如此穷困吗？是什么导致我无法实现我在这方面的全部潜能呢？
4. 在生活中，我为什么不能以从事我真正想做的工作来谋生呢？
5. 我要怎样才能解决那些我遇到的健康问题呢？我前三辈子饱受许多慢性疾病的折磨。这些疾病为什么在今生还不消失呢？
6. 我来到人世要学习的业力功课是什么？我将要掌握些什么呢？
7. 有转世这回事吗？我曾经有过多少次生命？在那些生命里我都是什么？真的有“业债”吗？
8. 我偶尔会有非常强烈的通灵感。通灵这回事真的存在吗？我是通灵者吗？那些自称通灵的人是在“跟魔鬼勾结”吗？
9. 做好事可以收钱吗？如果我选择在人世间从事治病救人的工作，也就是神的工作，我能变得非常有钱吗？或者这两者是互不兼容的？
10. 性爱是好的吗？告诉我吧——这种人类经验背后的真正意

义是什么？性爱如同某些宗教所说，纯粹是为了生儿育女吗？通过否定或者转化性能量真的能够达到神圣或者光明的境界吗？没有爱可以性交吗？可以单纯为了身体的快感而性交吗？

11. 假如我们必须离性爱越远越好，那你为什么还要创造出如此美好、如此神奇、如此强大的人类经验呢？怎么会这样呢？说到这个，为什么所有好玩的事情不是“违背道德，就是有悖法律，或者有害健康”呢？
12. 其他星球上有生命吗？曾经有外星人来过地球吗？我们现在正遭到外星人的监视吗？在有生之年，我们是否能够看到外星生物的证据，那些确凿无疑、不容反驳的证据？各种生命形式都有其自身的神吗？你是万物之神吗？
13. 乌托邦会在地球上出现吗？神会履行他的诺言，现身给地球人吗？有“基督重临”这回事吗？世界会终结吗？《圣经》预言的世界末日是真的吗？有没有真正的宗教？如果有的话，是哪个呢？

这只是我的疑问中的少数几个。正如我说过的，我的疑问有上百个。其中有些让我感到难为情——它们显得太浅显了。但请你逐一回答吧，让我们来“谈论”它们。

很好。那我们就开始啦。别为这些问题道歉。这些问题世上的男女已经问了数百年。如果它们是愚蠢的问题，那就不会被世世代代地追问。所以让我们来看看第一个。

我创设了各种宇宙规律，以便你们能够拥有——创造——你们选择的东西。这些规律不可能遭到违背，也不可能被忽略。即使是当下，在阅读这些问题的时候，你也遵从着这些规律。你不可能不遵从这些规律，因为它们是事物运转的方式。你不可能逃离规律，你不可能在规律之外行事。

在生活中，你每时每刻都在规律之中行事——并由此创造出你经验到的一切。

你与神有合作关系。我们结下了永恒的盟约。我给你的承诺是永远将你要求的赐予你；你给我的承诺是提出要求，理解要求和回应的过程。我曾向你解释这个过程。我愿意再解释一遍，以便你能清楚地

理解它。

你的存在可以分为三层。你由身体、精神 和灵魂 组成。你也将这些称为物质、非物质和超物质。这就是三位一体，它也有其他许多种名称。

你的本质和我的本质是相同的。我也表现为三位一体。有些神学家称之为圣父、圣子和圣灵。

精神学家认识到这种三合一的关系，将其称为意识、潜意识、超意识。

哲学家称它为本我、自我和超我。

科学将其定义为能量、物质和反物质。

诗人的说法是脑、心和魂。新时代运动的思想家称之为精、气和神。

你的时间分为过去、现在和未来。难道这不等于潜意识、意识和超意识吗？

空间同样分为三种：此，彼，彼此之间。

定义和描绘“彼此之间”才是困难的、深奥的。在开始定义或描绘的那一刻，你描绘的空间就会变成“此”或“彼”。然而我们知道这种“彼此之间”是存在的。正是它隔开了“此”和“彼”——正如永恒的如今隔开了“从前”和“以后”。

你的这三种属性实际上是三种能量。你可以称它们为思维、话语和行动。三者加起来便能产生结果——在你们的语言和理解当中，这被称为感受或者经验。

你的灵魂 （潜意识、本我、灵魂、过去等等）是你曾经拥有（创造）的每个感受的总和 。关于其中某些感受的意识被称为记忆。如果你拥有记忆，你就忆起了那些感受。也就是说，把那些感受拼起

来。组装各个部分。

当你把你的所有部分组装完毕，你将会忆起你的真实身份。

创造的过程始于思维——观念、概念或者形象。你目睹的一切都曾是某个人的观念。人世间没有什么最初不曾以纯粹的思维存在过的东西。

整个宇宙中的情形亦是如此。

思维 是创造的第一个层面。

接下来是话语 。话语无非是被表达出来的思维。它是创造性的，向宇宙散发创造性的能量。话语比思维更有活力（因而，也可以说更有创造力），因为话语是不同于思维的振动层面。它们以更大的冲击力扰乱（改造、改变、影响）宇宙。

话语是创造的第二个层面。

接下来是行动 。

行动是移动的话语。话语是被表达的思维。思维是已形成的观念。观念是相聚的能量。能量是被释放的力量。力量是存在的元素。元素是神的粒子，是整体的部分，是一切的本质。

始于神，终于行动。行动是创造中的神——或者被经验到的神。

你们关于你们自己的思维是你们不够好，不够优秀，不够圣洁，所以无法成为部分之神，无法与神确立合作关系。长久以来，你们否定了你们的真实身份，乃至已经忘却 了你们的真实身份。

这并非偶然，这并非碰巧。这本在神圣的计划之内——原因在于，若是已经获得你们的真实身份，你们便无法追求、创造和经验它。你们首先必须切断（否定、忘却）你们和我的联系，才能通过创造它、召唤它而完整地经验到它。因为你们最大的愿望——我最大的愿望——是，你们将经验到你们自己便是神的一部分。因此你们处在

通过每时每刻创造新的你们自己而经验你们自己的过程中。我也是如此。通过你们。

你明白这种合作关系了吗？你理解其中的奥妙了吗？这是神圣的协作——真的，是神圣的交流。

当你选择让生活“平步青云”的时候，生活就会平步青云。目前你还没有做出这样的选择。你曾拖延、搁置、耽误、反对做出这样的选择。现在是你执行和制造你曾获得的承诺的时候了。为了做到这一点，你必须相信该承诺，并且去施行它。你必须践行神的承诺。

神的承诺是你是他的圣子。她的后代。它的同类。他的等辈。

啊……说到这里你就糊涂了。你能够接受“他的圣子”、“后代”、“同类”，却不敢自认是“他的等辈”。这个称号太难以接受了。太大、太美好——承载了太多的责任 。因为如果你是神的等辈 ，那就意味着没有什么事情是别人施加于你的——所有事情都是由你创造的。人世间没有受害者，也没有迫害者 ——唯有你关于事物的思维的后果。

我告诉你吧：你在世上看到的一切，皆是你关于世界的观念的后果。

你不是希望你的生活“平步青云”吗？那么请改变你关于生活的观念。改变你关于你自己的观念。以神的身份 去思考、言说和行动。

诚然，这会使你孤立于许多——绝大多数——同时代的人。他们将会称你为疯子。他们将会说你亵渎了神。到最后，他们将会受够了你，将会试图把你钉上十字架。

他们要这么做的原因，倒不是他们认为你生活在你自己的幻想世界里（大多数人有足够的肚量来容许你自娱自乐），而是其他人迟早会被你的真相所吸引——因为你的真相让他们看到了许多美好的前景。

这是与你同时代的人所不愿看到的——因为这样的话你就开始威胁到他们了。因为你这简单的真相只要被奉行，就能够带来更多的美好，更多的舒适，更多的和平，更多的欢欣，更多的自爱与爱人，而这是你那些同时代的俗人所做不到的。

这个真相若得以流布，他们的生活方式将会终结。恨与怕、排他与战争将会终结。以我的名义 进行的责罚与残杀将会终结。强权即真相将会终结。以权谋私将会终结。因怕而生的忠诚与崇敬将会终结。他们所认识的世界——以及你迄今所创造的世界——将会终结。

所以请准备好，善良的灵魂。因为人们将对你恶意中伤，向你猛吐口水，朝你破口大骂，令你众叛亲离，最终他们将会以各自的方式控诉你，审判你，责罚你，而所有这些将会始于你接受和施行你的神圣事业——实现自我——那一刻。

那么，为何要那么做呢？

因为你不再关心俗世对你的接受或称许。你不再满足于它所带给你的东西。你不再欣喜于它给予他人的东西。你想要疼痛停止，苦难消失，幻象终结。你已经受够了这个世界的现状。你要寻求新的世界。

别再苦苦追寻。现在，召唤新世界的来临吧 。

你能帮助我更好地理解如何才能那么做吗？

没问题。首先，树立关于你自己的最高观念。设想每天依照那个观念生活之后你将会是什么样子。设想到时候你的所思、所为和所说，以及你应对其他人的行动和言语的方式。

你觉得你想到的和你现在所思、所为和所说有什么差别吗？

有啊。有非常大的差别。

很好。那是正常的，因为我们知道目前你没有依照你关于你自己

的最高憧憬去生活。喏，既然明白了现实的你和理想的你之间的差别，请着手去改变——有意识地改变——你的思维、话语、行动，让它们与你的最高憧憬相配。

这需要巨大的精神和形体劳动。这要求你不停地、无时无刻地监视你的每个思维、话语和行动。这牵涉到持续地、有意识地做出选择。这整个过程是通往觉悟的伟大运动。如果你执行这个艰巨的任务，你将会发现你生活的一半是在无意识中度过的。 也就是说，你并没有从意识的层面领悟到你通过思维、话语和行动在选择的是什么，直到你经验到它们的后果。接着，当你经验到这些后果的时候，你拒绝承认你的思维、话语和行动与它们有任何关系。

这是要求你停止这种无意识生活的呼吁。这是你的灵魂自从有时间伊始便要求你完成的艰巨任务。

那种持续的精神监视似乎会令人筋疲力尽……

起初也许是吧，然后它就会变成第二本性。实际上，它就是你的第二本性。你的第一本性是得到无条件的爱。你的第二本性是有意识地去表达你的第一本性，你的真实本性。

请原谅我，但难道这种不停地修改我所思、所说和所做的一切的行为不会让人变得沉闷吗？

那不会。如果你说会让人变得不同，那会的。变得沉闷，就不会啦。耶稣沉闷吗？我可不这么想。跟佛陀打交道很无趣吗？成群结队地求他现身的人多着呢。达到大师境界的人没有沉闷的。你说异常倒有可能。非凡也有可能。但绝不会沉闷。

那么——你不是希望你的生活“平步青云”吗？请马上想象你的理想生活是什么状态——而且要进入那种状态。挑出所有与那种状态并不协调的思维、话语和行动。远离它们。

当你拥有的思维与你更高的憧憬不符，请即时换个新的思维 。当你说的话与你最美好的观念不符，请提醒自己下次别再说同样的话。

当你做的事与你最好的意图抵触，请确保那是最后一次。如果可以的话，请你去安抚每个牵涉其中的人。

从前也有人这么说过，我总是毫不留情地予以反驳，因为那听起来太虚伪了。那不就等于你就算病入膏肓也要假装健康如常，就算穷困潦倒也要充作阔人，就算悲痛欲绝也要表现得若无其事吗？这让我想起了某个笑话，说的是三个人下地狱。这三人分别是天主教徒、犹太教徒和新时代运动的信徒。魔鬼狞笑着问天主教徒：“喂，你觉得这份热怎么样吧？”天主教徒不屑一顾地说：“这是我为神而做出的牺牲。”魔鬼接着问犹太人：“那么你呢，觉得这份热怎么样啊？”犹太人说：“再热我也只好忍了，否则我能怎样呢？”最后，魔鬼问新时代运动的信徒。“热？”新时代运动的信徒挥汗如雨地问：“什么热？”

那是很好的笑话。但我想说的并非忽略问题，或者假装问题并不存在。我只是想让你关注身边的境况，然后对其做出最真实的判断而已。

如果你穷困潦倒，你就是穷困潦倒了。就此说谎毫无意义，杜撰故事来掩饰它其实很费力。然而，正是你关于这种状态的思维——“穷困真糟糕”，“这太惨了”，“我是个坏人，因为好人努力工作，从来不会搞得穷途末路”等等——决定着你对“贫穷”的经验。正是你关于这种状态的话语——“我真穷”，“我身无分文”，“我什么钱也没有”等等——决定着你在贫穷的状态中停留 多久。正是你围绕这种状态所采取的行动——自怨自艾，坐以待毙，从来不去寻求解决方法，因为“反正也没有用”——创造了你长久穷困的现实。

首先要明白的是，宇宙间没有“好”或“坏”的状况。一切都是现实。所以请停止做出价值判断。

其次，要明白所有的状况都是暂时的。没有不变的东西，没有静止的状态。事物以何种方式改变取决于你。

抱歉，但说到这里我必须再次打断你。假如有个人生病了，但他的信念坚定得足以移动山脉——他认为、他说、他坚信他将会恢复健

康……却在六个星期之后去世。这岂非与所有这些正面思考、积极行动的道理相互抵触？

很好。你提出的问题很尖锐。很好。你没有轻易地听信我的话。到了下文某个地方，你将不得不 听信我的话——因为最终你会发现，我们，你和我，将无需继续交谈下去，到时你只能“试试才知道”。但我们尚未到达那个地方。所以让我们继续对话，继续交谈下去……

至于“信念坚定得足以移动山脉”、并在六个星期之后去世的那人，他在那六个星期里移动了山脉。也许那对他来讲已经足够。也许他在最后那天的最后时刻下定决心：“好啦，我已经腻了。现在我准备踏上新的征程啦。”也许你并不知道他的决定，因为他也许没有告诉你。实际上，他也许在更早之前——几天之前，数周之前——便做出了决定，而且没有告诉你，也没有告诉其他人。

在你们创造的社会里，想死是非常不好的——认为死非常好的想法是非常不好的。因为不想死，你们无法理解任何想死的人——不管他们的处境或状况如何。

但在许多境况之中，生往往不如死——这个道理我知道你只要稍微动下脑筋就能明白。然而，当你望着某个选择了死亡的人的脸庞时，你并没有想到这些道理——因为它们并没有那么不证自明。而垂死的人知道这一点。她能感受到房间里的人对她的决定的接受程度。

有许多人等到房间里没有其他人才死，不知道你发现了没有？有些人甚至不得不告诉他们深爱的人——“别这样，真的，走吧。出去吃点东西。”或者“走吧，去睡一会。我没事。明天早上再见”。然后，当忠诚的守卫者离开，灵魂也就离开了被守卫者的肉身。

如果他们告知亲朋好友：“我就是想死。”这些亲朋好友听了之后肯定会说：“哎，你别胡思乱想”或者“喏，别这么说”，或者“撑住啊”，或者“请别离开我”。

整个医疗行业的培训目标是让人们活着，而非让人们感到安适，

以让他们能够体面地谢世。

你知道的，对于医生或者护士而言，死亡等于失败。对于朋友或者亲戚来说，死亡等于灾难。唯有灵魂视死亡为解脱——超脱。

你能馈赠给垂死者的最好礼物是让他们安宁地死去——别认为他们在人生最关键的时刻还必须“撑住”，或者继续受苦，或者为你担心。

所以这样的情况常常出现：有个人说他要继续活着，相信他能活下去，甚至祈求神让他活着，可是在灵魂的层面上，他“改变了主意”。是时候抛弃肉身，让灵魂自由地追寻其他目标了。当灵魂做出这样的决定，身体再怎么努力也于事无补。精神再怎么思考也不能改变。正是在死亡的时刻，我们才明白，身体 - 精神 - 灵魂这三者中，哪个才是真正的首领。

你毕生认为你是你的身体。有时候你觉得你是你的精神。到死的时候你才发现你的真实身份。

有时候，身体和精神就是不肯听从灵魂。这也创造出你所描绘的情况。人最难最难做到的事情是听从他自己的灵魂。（别忘了能做到的人微乎其微。）

屡见不鲜的情况是，灵魂做出决定：现在是离开身体的时候啦。身体和精神——灵魂永远的仆人——听见这个决定，于是解脱的过程开始了。然而精神（自我）并不想遵命。毕竟，这是其存在的终结。所以它命令身体抵抗死亡。身体愉快地接过这项任务，因为它也不想死。身体和精神（意识）由于这么做而得到外在的世界——它们创造出来的世界——的极大鼓励和极大赞赏，于是更加坚定地奉行这种策略。

到了这个关节，一切都要看灵魂有多么想离开。如果离开的欲望并不强烈，灵魂也许会说：“好吧，你们赢了。我就再多陪你们片刻吧。”但如果灵魂清楚地知道留下来无助于它更高的任务安排，也就

是说，通过这个身体它没办法继续进化，那么灵魂就要走了，没有任何事情能阻拦它，也不应试图去阻拦它。

灵魂非常清楚它的目标就是进化。那是它唯一的目标，唯一的使命。它并不关心身体的成就或者精神的发展。这些对灵魂来说毫无意义。

灵魂也清楚，离开身体并没有什么可悲的。从许多方面来看，留在身体之内 才是可悲的。所以你必须明白，灵魂对死亡整体持有不同的看法。当然，它对生活整体也持有不同的看法——而这就是人们在生活中绝大多数挫折感和焦虑感的根源。挫折感和焦虑感是不肯听从灵魂的后果。

我如何才能最好地听从我的灵魂呢？如果灵魂真的是老板，我要怎样才能从行政办公室拿到这些备忘录呢？

你首先要做的是弄清楚你的灵魂正在追寻的目标——并别再不停地评判它。

我不停地评判我自己的灵魂？

是的。我刚刚让你看到你是如何为想要死亡的欲望而评判你自己。你也为想要活着——真正活着——的欲望而评判你自己。你为想要笑、想要哭、想要赢、想要输的欲望而评判你自己，你为想要经验欢乐和爱的欲望而评判你自己，尤其 是为了想要经验爱的欲望。

真的吗？

有时候你认为否定你自己的欢乐是神圣的——不去享受生活是圣洁的。否定，你告诉你自己，是好的。

那你说它是坏的吗？

它既不好，也不坏，它只是否定而已。如果你否定你自己之后感觉很好，那么在你的世界里它就是好的。如果你感觉很坏，那么它就

是坏的。在绝大多数情况下，你无法确定。你为这个或那个否定你自己，因为你告诉自己，那是你应该做的。然后你说做那件事是好的——但心里纳闷你的感受为何并不好。

所以首先要做的是别再不停地对你自己做出这些评判。去了解灵魂的欲望。跟着灵魂走。

灵魂追求的目标是：你所能想象得到的最高的爱的感受。这是灵魂的欲望。这是它的目标。灵魂追求的是这种感受。并非认识，而是感受。它已经拥有了那种认识，但认识是概念性的。感受是经验性的。灵魂想要感受其自身，从而借由它自己的经验认识其自身 。

最高的感受是与太极合一的经验。这种返璞归真的境界是灵魂所渴求的。这是完美之爱的感受。

完美的爱之于感受，正如完美的白之于颜色。许多人以为白就是颜色的缺席。但它并非如此。它包括了所有的颜色。所有其他颜色调和了就是白 。

同样地，爱亦非某种情感（怨憎、愤怒、色欲、妒忌、贪婪）的缺席，而是所有情感的总和。它是总和。它是乘积。它是一切。

因而，为了经验到完美的爱，灵魂必须经验每种人类的情感 。

我如何能够同情我所不理解的？我如何能够原谅我自己从未经验过的？于是我们同时看到灵魂之旅的简单和艰巨。我们终于明白它要追求的目标：

人类灵魂的目标是去经验它的一切，以便它能够成为它的一切。

假如不曾是下，那它如何能是上？假如不曾是右，那它如何能是左？假如不认识冷，那它如何能是暖？假如否定恶，那它如何能是善？

很明显，假如没有东西可以选择 ，灵魂就不可能成为任何东西。

灵魂若要经验它的美好，就必须认识美好是什么。如果除了美好别无所有 ，那这是不可能做到的。所以灵魂意识到，美好唯独存在于非美好的空间里。因此灵魂对非美好从不埋怨，而是祝福——它明白这是其自身的一部分，而且若要另一部分显露，这部分就必须存在。

当然，灵魂的任务是诱导我们选择美好，选择成为最好的你自己，同时不去责怪那些你所没选择的。

这是个艰巨的任务，需要许多辈子来完成，因为你们习惯于急匆匆做出判断，称某样事物为“错的”或者“坏的”或者“不够好的”，而非去祝福你们所没选择的。

而你们所做的比责怪还要糟糕——实际上，你们试图去伤害你们所没选择的。你们试图去摧毁它。如果有某个人、某个地方或者某件事情你们并不认同，你们就会去攻击它。如果有个宗教与你们的相悖，你们就会称它为邪教。如果有某个想法与你们的相左，你们就会对其冷嘲热讽。如果有某个观念与你们的不同，你们就会拒绝它。你们这样等于犯了错，因为你们只创造了半个宇宙。而你们甚至连你们的一半都无法理解，因为你们毫不犹豫地拒绝了另一半。

这真是太深奥了——我得谢谢你。从来没有人对我说过这些话。至少是没有如此简洁地对我说过。我正在努力地去领悟。真的。然而其中有些费解的地方。比如，你的意思好像是我们应该爱“错”，这样我们才能认识“对”。这么说来，你认为我们应该拥抱魔鬼吗？

不然你要怎样拯救他呢？当然，真正的魔鬼是不存在的——但我用你选择的说法来回答你。

拯救这个过程就是接受一切，然后选择最好。你能明白吗？如果没有什么可供选择，你就不能选择成为神。

喂，等等。谁说过要选择成为神啦？

最高的感受是完美之爱，对吧？

是的，我想应该是的。

那你能找到更好的说法来形容神吗？

不能，我找不到。

嗯，你的灵魂追求最高的感受。它追求经验——成为 ——完美的爱。

它正是完美的爱——它认识到这一点 。然而它希望做更多的事情来认识它。它希望在它的经验中成为它 。

你当然 是在追求成为神啦！否则你以为你将会成为什么呢？

我不知道。我说不清楚。我想我只是从来没有那么考虑过。那么想好像有点亵渎神。

这太滑稽了，你觉得努力模仿魔鬼算不上亵渎神，可是追求成为神反而算……

且慢！谁努力模仿魔鬼了？

你啊！你们所有人啊！你们甚至创造出各种宗教，它们说你们天生有罪，生来就是罪人 ，而这只为了让你们自己相信你们本身是罪恶的。可是假如我告诉你们，你们天生是神，生来就是纯粹的神，纯粹的爱，你们反倒会驳斥我。

你穷毕生之力来让你自己相信你是坏的。不仅你是坏的，你想要的东西也是坏的。性交是坏的，金钱是坏的，欢欣是坏的，权力是坏的，拥有许多东西——不管是什么东西 ——是坏的。有些宗教甚至还迫使你们认为舞蹈 是坏的，音乐 是坏的，享受生活 是坏的。过不了多久，你们将会认为微笑是坏的，大笑是坏的，爱 是坏的。

哎呀，我的朋友，也许有许多事情你并不是很清楚，但有件事情你是清楚的：你，和大多数你渴望的东西，是坏的 。对你自己做出这样的判断之后，你给自己定下了任务，就是要变得好起来 。

我想提醒你的是，那也可以。所有的道路都通往相同的终点——只不过有条路更快、更短、更便捷罢了。

哪条？

现在就接受你的真实身份和本质——并将其展现出来。

这是耶稣所做的事。这是佛陀所走的路，奎师那所行的道，是每个曾在地球上出现的大师所经的径。

每个大师也都拥有相同的音讯：我的本质，就是你们的本质。我能做到的，你们也能做到。这些事情，以及其他事情，你们也都能完成。

可是你们置若罔闻。你们反而选择那条艰辛得多的道路，那条自认为是魔鬼、觉得自己很邪恶的人 所走的路。

你说真的很难追随基督的履迹，很难听从佛陀的教训，很难留住奎师那的光芒，很难成为大师。然而我告诉你：否定 你的真实身份比接受它要困难得多。

你是善良和同情和悲悯和觉悟。你是和平和欢乐和光芒。你是宽恕和耐心，力量和勇气，危难时的仗义者，哀伤时的安慰者，创痛时的疗愈者，迷茫时的指引者。你是最深的智慧和最高的真相，最伟大的和平和最美好的爱。你是这些。在生活中，你偶尔会认识到你自己是这些。

请选择从现在开始永远地认识到你自己是这些。

# Chapter 04

哇！你启发了我！

嗯，如果神不能启发你，那还有谁他妈的能呢？

你总是这么喜欢开玩笑吗？

我可不是在开玩笑。你再看看。

哦。我明白。

是的。不过，就算我喜欢开玩笑，那也没有关系，对吧？

我不知道。我总是以为我的神是比较严肃的。

拜托，请你帮帮忙，别试图定义我。顺便说一声，也帮帮你自己这个忙吧。

我只不过是恰好非常有幽默感而已。如果你看到你在生活中所做的一切，你也会这样的，对吧？真的，有时候我忍不住想笑。

不过也没关系啦，原因你明白的，我知道你的生活到最后终究会好起来。

你这么说是什么意思呢？

我的意思是你不可能输掉人生的赌局。你不可能走错方向。那不在计划之内。你无从避免抵达你要去的地方。你无从避开你的终点。如果神是你的标靶，那么你很幸运，因为神是如此之大，你不可能错失 。

当然，那是很大的担忧。这个很大的担忧是我们莫名其妙地迷失了，永远见不到你，永远不能与你在一起。

你是说“上天堂”吗？

是啊。我们都害怕下地狱。

原来你们从一开始让自己处在地狱里，就是为了避免 下地狱。嗯。这个策略挺有趣的嘛。

你又来了，又开玩笑了。

我忍不住啊。这件关于地狱的事情让我大失常态啦！

天啊，你真是个出色的喜剧演员。

你怎么现在才发现 啊？你很久不问世事了吧？

这让我想到了别的问题。你为什么不修好这个世界，而是任由它变成人间地狱呢？

我还想问你呢。

我没有那种力量。

胡说八道。你现在就有力量和本领在这一分钟结束世界的饥饿，在这一秒钟治愈所有的疾病。要是我告诉你，你们自己的医疗行业隐瞒 各种治病的药方，拒绝批准另类的医学和疗法，因为这些威胁到的正是这个“治疗”行业的结构，你会怎么想呢？要是我告诉你，各国政府并不愿意 终结世界的饥饿，你会怎么想呢？你会相信我吗？

那我会很为难的。我知道那是许多人的看法，但我无法相信它确实是真的。没有医生想要否定灵丹妙药。没有领袖愿意看着他的百姓去死。

医生个人不愿意，那是对的。领袖个人不愿意，那也没错。但行医和从政已经被机构化 ，与这些东西进行斗争的正是各种机构，因为对这些机构而言，这是关系到它们存亡的问题……这场斗争有时候非常微妙，有时候甚至是在无意中进行的，但却是不可避免的。

这样吧，我来给你举个非常简单和明显的例子，西方的医生否定东方的医生的行医资质，因为接受他们等于承认某些另类的医疗模式也完全能够治病救人，而这将会拆毁西方的医学机构赖以支撑其自身的支柱。

这算不上邪恶，然而却又有点狡诈。医疗行业倒不是故意要作恶。它这么做是由于它很害怕。

所有的袭击都是求助的呼声。

我曾在《奇迹课程》中看到这句话。

是我写进去的。

老兄，你真是无所不知啊。

这倒提醒我了，我们才刚刚开始探讨你的那些问题。我们刚才讨论的是如何使你的生活走上正轨。如何让你的生活“平步青云”。我早先说的是创造的过程。

是啊，我总是打断你。

没关系，但是我们再来讨论吧，因为我们可不希望失去某件非常重要的事情的头绪。

生活是创造，而非发现。

在生活中，你每天所做的事情不是去发现它为你准备的东西，而是去创造它。也许你并不知情，但你每分每秒都在创造你的现实。

下面是内中的原因及其运转的方式。

1. 我依照神的形象和模样创造了你们。
2. 神是造物主。
3. 你们是三位一体的生命。你们可以随便称呼生命的这三种要素：圣父、圣子和圣灵，精神、肉体和灵魂，超意识、意识和潜意识。

4. 创造的过程源自你们身体的这三个部分。换言之，你们的创造可以分为三个层面。用来创造的工具是：思维，话语和行动。
5. 所有创造始于思维（“源自圣父”）。所有创造的第二阶段是话语（“你们求，我就给；你们说，我就办”）。所有创造在行动中完成（“话语变成实物，与我们同住”）。
6. 你思考过、却未曾言说的，在一个层面上创造。你思考过、且已言说的，在另外一个层面上创造。你思考过、已言说、且去做的，将在你的现实中展现。
7. 思考、言说和做某件你并不真正相信的事是不可能的。因此，创造的过程必定包括相信或者认识。这是绝对的信仰。这不仅仅 是希望。这是确凿无疑的认识 （“信仰必将治愈你”）。因此，创造过程中做的部分肯定包括认识。这种认识是非常清晰的，绝对确定的，是对事物的真实性的完全接受 。
8. 这种认识的境界是强烈而非凡的感恩境界。它是一种预先感恩的心态。对于创造来说，也许最重要的是：事先 对创造心怀感激。这种事先的期望不仅值得宽容，而且还值得提倡。它是大师境界的明确标志 。所有大师都事先认识到行动的结果 。
9. 欢迎并享受你正在创造和已经创造的一切。拒绝它的任何部分等于拒绝你自己的一部分。不管现在它以什么样子呈现为你的创造的一部分，去拥有它，认领它，祝福它，感激它。千万别诅咒它（别说“真该死！”之类的），因为诅咒它就是诅咒你自己。
10. 如果你创造的东西中有你不喜欢的，请祝福它，单纯地去改变它。重新选择。召唤新的现实。想出新的思维。说出新的话语。去做新的事情。只要你把这做得非常漂亮，世上其他人将会追随你。要求世人追随你。召唤他们追随你。你要说：“我便是生活与道路，请随我来。”

这就是在人间展示神的旨意，使人世如同天堂的方法。

说起来倒是很简单，可是如果我们只要完成这十个步骤就可以，这种方法为什么对我们大多数人来讲都是无效的呢？

它对你们所有人 都是有效的。只不过有些人非常清楚，有意识地去利用这个“系统”，而有些人则无意识地利用它，茫然不知道自己在做什么。

有些人清醒地行走，有些人则是在梦游。然而你们所有人 都利用我赐予你们的力量和我刚刚描述的过程，创造着你们的现实——是创

造，不是发现 。

所以，你问我你的生活什么时候才能“平步青云”，而答案我早就给你了。

你的生活要“平步青云”，首先你要想清楚那种生活是什么样的。想想你要成为什么人，要做什么事，要拥有什么东西。要经常想，直到你已经考虑得非常清楚。等你想得非常清楚之后，别的什么都不要去想 。不要去想其他的可能性。

把所有的否定性思维抛出你的精神结构之外。去除所有的悲观主义。消除所有的怀疑。拒绝所有的怕。训练你的头脑，让它能够抓住原初的创造性思维。

当你那些思维变得清晰而坚定，你就开始把它们当作真相说出来。用言语说出来。使用那句能召来创造性力量的命令：我是。向其他人做出“我是”的宣言。“我是”是宇宙间最具有创造性的宣言。在“我是”这两个字之后，无论你想的是什么，无论你说的是什么，都会调动相应的那些经验，都会召唤它们前来，把它们带给你。

这是宇宙运转的唯一方式。这是它能走的唯一道路。宇宙对“我是”计听令从。

你说“消除所有的怀疑，拒绝所有的怕，去除所有的悲观主义”的时候倒是很轻巧。可是这些事情知易行难。“把所有的否定思维抛出你的精神结构之外”就跟“中午之前爬上珠穆朗玛峰”差不多嘛。这太难了。

训练你的思维，练习操控它们，并没有乍看上去那么难（其实登上珠穆朗玛峰也没那么难）。那只需要训练就可以。那只需要专注就可以。

第一步是学会监视你的思维；去思考 你正在思考的事情。

当发现脑海里出现了否定思维——也就是那些否定你关于某件事

物的最高观念的思维——时，你就换种思维　。我希望你能做到，真的。如果你认为你情绪低落，诸事不顺，万念俱灰，你就换种思维。如果你认为世界是个糟糕的地方，充满了负面的事件，你就换种思维。如果你认为你的生活变得越来越糟糕，而且似乎再也没有办法恢复原状，你就换种思维 。

你可以训练你自己这么做。（看看你训练你自己不这么做训练得多好！）

谢谢你。从来没有人如此清楚地把这个过程展现给我。要是做起来就像说起来这么容易就好了；但现在我想我至少清楚地理解这个过程啦。

很好，如果你需要复习，我们可以用几辈子的时间。

# Chapter 05

哪条路才是真正通往神的道路？有些瑜伽术士说要经过苦行，是这样的吗？至于所谓的“受苦”又该做何解呢？许多禁欲主义者认为受苦和出家是通往神的路，是这样的吗？许多宗教教导我们，“做个好人”能让我们上天堂，是这样的吗？也有些新时代运动的信徒认为，我们可以随心所欲地行事，违背或忽略任何规则，漠视任何传统的规训，尽情放纵自己，然后就能达到涅槃的境界，是这样的吗？哪个是对的呢？是遵守严厉的道德规范，还是随心所欲地行事？哪个是对的呢？是秉持传统的价值观，还是随机应变、率性而为？哪个是对的呢？是信奉十大戒律，还是大光明七阶？

你非得认为通往神的道路非此即彼，是吧……难道这些不能全都是吗？

我不知道啊。我在问你呢。

那么我将会用最便于你理解的语言来回答你，不过我现在可以告诉你，你的答案就在你的内心。我这句话是说给每个聆听我的话语、追求我的真相的人听的。

每颗恳切地问“哪条才是通往神的路”的心都将得到指示。都将得到真诚的真相。要来找我，请经由你的心灵的道路，别通过精神的旅途。在你的精神中，你将永远找不到我。

若想真正地认识神，你必须超越你的精神。

然而你的问题乞求回答，而我也不愿敷衍你的质询。

我想用一句话来开始回答，这句话将会让你感到震惊，也可能会得罪许多敏感的人。十大戒律是子虚乌有的。

哇，我的神啊，真的吗？

是的，它们是假的。我会要求谁呢？我自己吗？为什么要提出这样的要求呢？我想要什么就有什么。难道不是吗？ 那么我哪里还用要求任何人呢？

如果我确实发布了这些戒律，难道它们不会被自动遵守吗？如果我极其想要某样东西，乃至发出了要求，怎么可能坐视这个要求得不到满足呢？

哪个国王会这么做？哪个君主会这么做？

不过我要告诉你：我既非国王，亦非君主。我只是——可是——造物主。然而造物主无需规则，只需创造、创造——不停地创造。

我创造了你们，蒙受恩宠的你们，以我的形象和模样。我曾对你们做出承诺和约定。我曾用浅显的语言告诉你们，与我合一之后，你们将会变成什么样。

如同摩西，你也是真诚的追问者。如同你，摩西也曾站在我面前，乞求得到答案。“神啊，我的圣父，”他呼喊，“神啊，我的神，请你屈尊指点我。请给我指示，以便我能告诉我的人民！我们怎样才能知道是否被神选中呢？”

我去找摩西，正如我现在来找你这样，带给他神圣的盟约——那是永恒的承诺，清楚而确凿的约定。“我怎么知道是不是真的呢？”摩西悲伤地问。“因为这是我告诉你的，”我说，“你放心，我说话算话。”

神的话不是戒律，而是盟约。其中的条款如下：

## 十大约定

你必将认识到你已踏上通往神的道路，你必将认识到你已发现神，因为你内心将会出现这些信息、这些指示、这些变化：

1.你必须用你的整颗心、整副精神、整个灵魂去爱神。除我之外，不可有别的神。你将不再崇拜人类的爱，或者成功、金钱、权力，也不再崇拜任何有关这些的符号。你将会抛开这些东西，就像抛开儿时的玩具那样。倒不是因为它们没有价值，而是因为你已经长大，不需要它们了 。

你必将认识到你已踏上通往神的道路，因为：

2.你将不会白用神的名义。你将不会为微不足道的事情来求我。你将会明白话语的和思维的力量，到时你就不会想到要以亵渎神的方式来动用我的名义。你将不会白用我的名义，因为你做不到 。因为我的名义——那伟大的“我”——从来　　未曾被白用（亦即用了没有后果），往后亦将永远不会被白用 。当你发现神之后，你必将明白这一点。

我也要给你如下这些其他指示：

3.你将会记得为我留出一日，并称其为圣日。圣日非但能够让你不会长久地停留在你的幻想里，还将会让你自己想起你的身份和你的本质。然后你必将称每一天为安息日，必将称每一秒为神圣的时刻。

4.你将会尊敬你的母亲和你的父亲——当你所说、所做和所思的一切都体现你对父神/母神的尊敬时，你将会认识到　　你就是神的儿子。甚至就在你如此尊敬父神/母神和你在地球上的父亲和母亲（因为他们给你生命 ）时，你也将会尊敬每个人 。

5.当你做到从不杀生，从不毫无缘由地故意杀生，你就能认识到你已经发现神。因为你将会明白，你无法以任何手段终止其他生命（所有生命都是永恒的），到时你将不会选择去消灭任何生灵，也将不会选择去改变生命能量的形式，除非你有最神圣的缘由。你对生命这种新的敬意将会使你尊重所有的生命形式——包括花草、树木和动物——并唯有在为了最高的善时才去干扰它们。

为了使你认识到你正走在通往神的道路上，我还愿意送给你如下

的这些指示：

6.你将不会以虚伪或欺骗去玷污爱的纯洁，因为这是淫秽的行为。我向你保证，等你发现神之后，你将不会犯下这种淫秽的行为。

7.你将不会占有不属于你的东西，也不会为了拥有任何东西而诓骗、欺诈或伤害别人，因为这是偷窃。我向你保证，等你发现神之后，你将不会偷窃。

你也将不会：

8.说谎，以及作假证害人。

你也将不会：

9.觊觎邻人的配偶，因为你既然认识到所有其他人 都是你的配偶，怎么还会去想邻人 的配偶呢？

10.觊觎邻人的财产，因为你既然认识到所有 的财物都是你的，你的所有财物属于全世界，怎么还会去想邻人 的财物呢？

若是能明白这些指示，你将会认识到你已经发现通往神的路。因为我曾许诺，只要真心追随神，人们将不会再做这些事情，将不可能继续这些行为。

这些是你的自由 ，而非你的束缚 。这些是我的约定 ，而非我的戒律 。因为神不对神的造物发号施令——神只是告诉神的孩子：这是你们回家路上将会认识的。

摩西曾恳切地问——“我要怎样才能知道呢？请给我提示。”摩西提出的问题与你现在问的相同。自有时间以来，遍布各地的所有人都曾有这个疑问。我的答案同样也是永恒不变的。但它从来不曾、永远不会成为戒律。因为我要命令谁呢？如果我的戒律没有被遵守，我该惩罚谁呢？

唯有我。

这么说我不用遵守十大戒律也可以上天堂咯？

“上天堂”这回事是不存在的。存在的只是那种发现你已在天堂的认识。存在的是一种接受，一种理解，而不是一种努力，或者一种奋斗。

你无法前往你已在的地方。若要那么做，你将不得不离开你所在的地方，而那将会导致这样的旅程失去意义和目标。

讽刺的是，绝大多数人认为他们必须离开他们所在的地方，才能前往他们想去的地方。所以他们为了进入天堂而离开了天堂——走进了地狱。

光明的境界就是领悟到你没有什么地方需要去，没有什么事情需要做，而且除了现在的你，没有什么人需要你去效仿。

你的旅程通往无何有之乡（nowhere）。

你们所谓的天堂正是无何有之乡。我们只要把那个词的w和h隔开，你就能看到天堂便是此时（now）……此地（here）。

每个人都这么说！每个人都这么说！我快抓狂了！如果“天堂便是此时此地”，我为什么没看到天堂？我为什么没有感觉到天堂？世界为什么如此乱七八糟？

我能理解你的挫折感。要理解这一切，简直就像让别人理解这一切那么令人抓狂。

哇！且慢！你刚才是说神也会有沮丧的感觉吗？

你以为沮丧的感觉是谁发明 的啊？难道你竟然认为你能够拥有某种我无法拥有的经验？

我告诉你吧：你有的每种经验我都有。我正在通过你来经验我自己，你还不明白吗？那你以为这一切都是为了什么呢？

若不是你，我无法经验到我自己。我创造你，是为了认识到我的身份。

现在我不打算在本章里打破你对我的所有幻想——所以我想告诉你，在我最神圣的形式里，亦即当我是你所说的神时，我并不经验到沮丧的感觉。

原来如此！那就好。你刚才吓到我了。

但那并非我做不到。只是因为我选择不去经验而已。顺便告诉你吧，你也可以做出同样的选择。

嗯，先不谈这个啦，我还是想知道，如果天堂就在此地，我怎么可能经验不到。

你无法经验你认识不到的东西。而你认识不到你现在身处“天堂”，是因为你尚未经验到它。在你看来，这是恶性循环。你不能——没有办法——经验你尚未认识的东西，而且你无法认识你尚未经验的东西。

所谓光明的境界，就是让你能够认识某样你尚未经验的东西，从而能够经验它。认识打开通往经验的门——你却以为是经验打开通往认识的门。

实际上，你认识许多你未曾经验的东西。只是你并没有认识到你已经认识而已。

例如，你认识到神是存在的。但你也许并没有认识到你有这样的认识。所以你不停地等待对神的经验。与此同时，你一直拥有这种经验。然而你没有认识到你拥有它——而这等于你根本没有拥有它。

老兄，我们这不等于陷入了无尽的循环嘛。

是的，确实如此。与其陷入循环，也许我们倒不如成为循环本身。这未必是个恶性的循环。它可以是神圣的循环。

## 必须修行才能过上真正的灵性生活吗？

是的，因为所有的灵魂最终将会抛弃虚幻的东西，而在你们所过的生活中，除了你们与我之间的关系，一切均是虚幻的。然而，修行并不意味着传统意义上的自我否定 。

真正的大师从不“放弃”某样东西。真正的大师只是将其搁置罢了，就像他处理任何没用的东西那样。

有些人说你必须征服你的七情六欲。我说你只要改变它们而已。前者给人的感觉像是艰苦的训练，而后者则是欢乐的体操。

有些人说为了认识神，你必须征服所有的尘世情欲。然而理解和接受这些情欲就足够啦。厌即是恋。色即是空。

有些人非常渴望征服所有的尘世情欲，他们往往付出很大的努力，乃至可以这么说，这　已经变成了他们的情欲。他们有“追求神的情欲”，也就是认识神的情欲。但情欲就是情欲，用一种来交换另一种，并不等于消灭它。

因此，别去批判你的情欲。只要去观察它，然后看它是否对你有用，是否能让你成为你的理想身份和本质。

别忘了，你处在不停地创造你自己的行动中。你每分每秒都在决定着你的身份和本质。你做出这种决定，很大程度上依赖于你对那些引起你的情欲的人和事物做出的选择。

通常一个走在你所谓的灵性道路上的人会显得他好像 已经放弃所有的尘世情欲，所有的人类欲望。其实他所做的是去理解它，看到那幻象，舍弃那些对他没用的情欲——与此同时又珍惜那幻象，因为那幻象给他带来了完全自由的机会。

情欲是把存在转化为行动的爱。它为创造的发动机加油。它把概念转变为经验。

情欲是火焰，驱动我们去表达我们的真实身份。请永远不要否定情欲，因为那等于否定你的身份和你的理想身份。

修行不等于否定情欲——修行所否定的只是对于结果的执着。情欲是行在的爱。行在即被经验到 的存在。然而人们常常在行在中创造出什么呢？那就是预期 。

没有期待的生活，无需某些特定结果的生活，便是自由的生活。那就是神的境界。那就是我的生活。

你不执着于结果吗？

绝对不。我的欢乐在于创造，并不在于后果。修行并非叫你不要去行动，而是让你再也不需要特定的结果 。其中的差异是很大的。

你刚才说“情欲是把存在转化为行动的爱”，能解释一下吗？

此在是存在的最高状态。它是纯粹的本体。它是神永恒的属性。

纯粹的存在便是纯粹的神。

然而对于我们来讲，光有存在是不够的。我们总是渴望能够经验到我们的真实身份——而这需要一种截然相反的神的属性，叫做行在。

让我们这么假设，你的自我很伟大，它的核心是那种被称为爱的神的属性。（顺便告诉你吧，这是真的。）

以爱的身份存在 是一回事，去做某件体现爱的事情完全是另外一回事。灵魂渴望去做某件体现其本质的事，以便它能够通过它自己的经验认识其自身。所以它将会通过行动实现它最高的观念。

去做这件事的这种冲动被称为情欲。泯灭情欲等于杀死神。情欲是想要说“你好”的神。

但是你知道吗，只要做了那件体现爱的事情，神（或者你内心的

神）就实现了其自身，再也不需要别的东西。

人类就不同啦，人常常觉得他需要从投入中得到回报 。如果我们打算去爱某个人，没问题——但我们最好能得到对方的爱。诸如此类的。

这不是情欲。这是预期 。

这是人类痛苦的最大根源。正是它使人与神分离。

修行者追求的是通过那种被某些东方的神秘主义者称为“三昧” 的经验来结束人神的分离。也就是与神合一，与神相融。

修行者因此舍弃结果 ——但从不曾 舍弃情欲。实际上，大师本能地认识到情欲便是通往神的途径。情欲便是自我实现的必经之路。

用世俗的语言，甚至可以这么说，如果你对任何事物都没有情欲，那么你根本就没有生活。

刚才你说“厌即是恋，色即是空”。你能解释清楚吗？

你厌恶某样东西，意味着你认可它是真实存在的。厌恶某样东西的行动是赋予这样东西生命的行动。当你厌恶某种能量，你就让这种能量出现。你越是厌恶，你就越让它变得真实——无论你厌恶的是什么。

所谓色，就是事物的表象，它是虚幻的。色即是空，即是事物不再以其虚幻的形式出现 。

如果你观察某样东西，用心去看 它，你将能够直接 看到它的本质，直接看穿它呈现给你的任何幻象，到时你所看到的就只有终极的实在。在终极的实在面前，你看到的幻象将会变得疲软无力。到时幻象就会变得越来越软弱，再也不能长久地将你囚禁。于是你便能看到它的真相，而这种真相将会令你自由。

但假如你并不希望你正在看着的事物消失呢？

你应该永远 希望它消失才对！在你的实在中没有什么值得留恋的。然而如果你确实宁愿选择 你的生活的幻象，也不愿选择终极的实在，你完全可以重新创造它——如同你最初创造它那样。通过这种办法，你在你的生活中就能够拥有你选择要得到的东西，而且从你的生活中消灭你再也不想经验到的东西。

可是别厌恶任何事物 。如果你以为通过厌恶你可以将其消灭，那么你要换个新的思维 。你只会让它变得更加强大。所有思维都是创造性的，难道我没跟你说过吗？

哪怕是表达我不想要某样东西的思维？

如果你不想要它，为什么要想着它呢？别让它在你脑海中出现第二次。可是如果你必须想到它，也就是说，如果你无法不想起它，那么请不要去厌恶。而是去正视 它，不管它是什么，接受它的存在，把它当作是你的造物，然后至于是否选择让它留下，那就随你的便啦。

该依据什么来做出那个选择呢？

你心目中自己的身份和本质。以及你的理想身份和本质。

这是决定所有 选择——你在生活中已经做出和将会做出的每个选择——的依据。

那么修行者的生活是歧途了？

话不是这么说的。“修行者”通常含有厌世的意义，而这个含义是错误的。实际上，你无法厌恶任何东西 ——因为厌即是恋 。真正的修行者并不厌世，只是做出不同的选择 而已。这种选择是靠近事物的行动，而非远离事物的行动。

你无法远离某样事物，因为它就算上天入地也会追逐你。因此别厌恶诱惑——只要转过头就好了。把头转向我，遇到任何与我不同的东西你就转过头。

然而你要认识：歧途这回事是不存在的——因为在这段旅程中，你无法“不去”你的目的地。

只是速度有快慢而已，只是你何时到达那里而已，然而即使这也是个幻象，因为并没有“何时”，亦没有“以前”或“之后”。唯有现在，一个永远的恒久时刻，你在其中不停地经验着你自己。

那意义何在呢？假如无法不“到达那里”，生活有什么意义呢？那我们到底为什么无论做什么事情都要提心吊胆的呢？

嗯，其实你们不用担心的。但小心点对你们有好处 。只要注意你现在的身份、你正在做的事情、你如今拥有的东西，并看看它是否对你有用就可以了。

生活的意义不在于抵达任何地方——而在于发现你在那里，向来在那里，已经在那里。你永远处在纯粹创造的时刻中。因此生活的意义就是创造——创造出你的身份和本质，然后去经验它。

# Chapter 06

关于苦难呢？受苦是通往神的道路吗？有人说它是唯一 的路。

我并不乐意见到苦难，那些说我乐意的人其实不认识我。

苦难是人类经验的多余要素。它不仅是多余的，而且还是愚蠢而难受的，有害于你的健康。

那为什么会有这么多苦难呢？如果你就是神　　，而且又这么讨厌它，你为什么不让它有个终点 呢？

我已让它有个终点。只是你们不愿意用我赐予你们的工具来将其实现。

你知道吗，苦难与事件无关，但与人们对事件的反应有关。

事件只是事件而已。你对它的感觉是另外一回事。

我已赐予你们许多工具，用它们来应对各种事件便可减轻——实际上是消除——痛苦，可是你们偏偏不用。

请原谅我多嘴，但你为什么不消除事件 呢？

你这个提议很好。可惜的是，我控制不了 它们。

你竟然控制不了 事件？

当然不是啦。事件是由于你们的选择而在时空中发生的事情——而我永远不会干预你们的选择。这么做将会抹杀我之所以创造你们的理由。但这个道理我前面解释过啦。

有些事件是你们有意地制造出来的，有些事件是你们自己无意间惹上的。有些事件则被你们划为“宿命”——大多数自然灾难被你们归

入此类。

然而就算是“宿命”，也无非源自各地的一切思维。换言之，就是源自这个星球的意识。

“集体意识”吗？

对，准确无误。

有人说这个世界正在迅速地走向灭亡。我们的生态环境奄奄一息。我们的星球难免要遭受地球物理学的灾难。地震。火山爆发。甚至是地轴倾斜。也有人说集体意识能够改变那一切，我们能够用我们的思维拯救地球。

你们需要的是付诸行动 的思维。如果各地有足够多的人认为必须为保护环境做些事情，你们就将能够 拯救地球。但你们要抓紧行动。长久以来，你们已经造成了太多的破坏。这需要你们在态度上做出很大的变化。

你的意思是，如果我们不那么做，我们将会 亲眼看到地球——及其居民——灭亡吗？

我已经制定了各种物质宇宙的规律，它们简明扼要得每个人都能理解。各种因果规律，我已经足够充分地向你们的科学家、物理学家概述过啦，并通过他们转达给你们的世界领袖。这里无需再次概述这些规律。

那还是回到苦难吧——我们怎么会认为受苦是好事 呢？我们怎么会认为圣人必须“默默地受苦”呢？

圣人确实“默默地受苦”，但那并不意味着受苦是好事。大师学校里的学员默默地受苦，因为他们明白，与其说受苦是神的道路，毋宁说它是个清楚的符号，表示他们仍需要去了解 神的道路，仍需要唤起某些回忆。

真正的 大师从不默默地受苦，只不过是显得在承受苦难时不出怨言而已。真正的大师不出怨言的原因是，真正的大师不是在受苦，而只是正在经验被你们用难以忍受来形容的境遇。

实践中的大师从不谈及困难，因为实践中的大师清楚地知道话语的力量 ，所以选择了片言只字也不提及它 。

我们使我们注意的东西变得真实。大师认识这个道理。大师只会选择那些她想选择让其变得真实的东西。

你们所有人也都经常这么做。没有人不曾通过自己的决定 让头痛消失，或者让牙疼减轻。

大师只是对各种更大的事情做出相同的决定而已。

可是到底为什么要有苦难呢？为什么要让受苦的可能性 存在呢？

如果缺乏非你，你无法认识和成为你，这我已经向你解释过啦。

我仍然不明白我们怎么会认为受苦是好事 。

你盘根究底地追问这个问题的做法很聪明。默默地受苦这种行为最初蕴含的智慧遭到了太多的曲解，乃至现在有许多人认为受苦是好事，享乐是坏事 ，而且有几个宗教信以为真地传授 这种观念。因此，如果有个人得了癌症，却不告诉任何人，你们就会认为他是圣徒；如果有个人（让我们举个劲爆的例子）性欲旺盛，公然享受做爱，你们就会认为她是罪人。

老兄，你举的例子确实够劲爆的。你也很聪明地转换了人称代词，从男性转为女性。有什么深意吗？

这是为了让你认识到你们的偏见。你们并不喜欢认为女人拥有旺盛的性欲，更别提公开地享受做爱啦。

你们宁愿看到男人毫不呻吟地在战场上死去，也不愿看到女人低声呻吟地在街道上做爱。

难道你不是吗？

我无所谓。但是你们对各种各样的事情都要做出审判——我想说的是，正是你们的审判令你们与欢乐无缘，正是你们的预期使你们不快乐。

所有这些加起来，就造成了你们的不适，从而使你们开始受苦。

我怎么知道你说的是不是真话呢？我怎样才能认识到这是神在讲话，而非我的想象活跃过度的结果呢？

你从前也问过。我的答案依然不变。那有什么区别吗？就算我说的每句话都是“错”的，你能想出更好的生活方式吗？

不能。

那么“错”就是对 ，“对”就是错！

然而为了帮助你走出困境，我愿意告诉你这个：不要 相信我说的话。只要把它付诸实践。只要去经验 它。如果你想确立别的人生观，无论那是什么，请去实践它。然后呢，试图从你的经验中找到你的真相。

有一天，假如你们拥有很大的勇气，你们将会经验到别的世界，在那个世界里，人们认为做爱比作战好。到那天你们将会欢乐。

# Chapter 07

生活太可怕了。太难以捉摸了。我希望事情能够更清楚。

生活没什么可怕的，前提是你不执着于结果。

你说的是不想要任何东西吗？

没错。选择 ，但别想要。

那些无牵无挂的人比较容易做到吧。假如你有妻小，那该怎么办呢？

家长的道路向来是艰苦的道路。也许是最 艰苦的。正如你刚才所说，那些只需要照顾自己的人比较容易“什么也不想要”。如果你有心爱的人，自然想要替他们争取到最好的东西。

若是不能给他们你想要他们拥有的东西，比如说温暖的家，几件体面的衣服，足够的食物，你会感到很难过的。我觉得我奋斗了二十年，才勉强能够维持温饱。而且我仍然没有什么成绩可言。

你是指物质财富方面吗？

我觉得男人至少应该为他的孩子准备必要的生活用品，至少应该为他的妻子提供某些简单的东西，才能谈得上有点成绩吧。

我明白。你认为你在生活中的责职就是提供这些东西。你觉得这就是你的生活目标吗？

我好像没有这个意思吧。这并非我的生活目标 ，但至少我觉得，如果在完成目标之余，还能得到这样的结果， 那当然最好啦。

好吧，那让我们回到原来的话题。你认为你的生活有什么目标呢？

问得好。这么多年来，关于这个问题，我曾有过许多答案。

那你现在的答案是什么呢？

我觉得我现在对这个问题有两个答案：我想要 看到的答案和我现在看到的答案。

你想要 看到的答案是什么？

我想要看到我的灵魂在生活中进化。我想要看到我在生活中表达和经验我最爱的品格。那种品格是富有同情心和耐心，乐于施舍和助人。那种品格是聪慧、宽容，以及……爱。

听起来你一直都在看这本书嘛！

是的，它是本美丽的书，讲了许许多多的道理，但我正在想办法把书中的道理“付诸实践”。关于你的问题，我现在看到的答案是，我在生活中每天都必须为了生存奔波劳碌。

这样啊。你认为这两者相互排斥吗？

这么说吧……

你认为理论的答案排斥了生存的答案吗？

实际上，我想要的不仅仅是生存。这些年来我不断地在温饱线上挣扎 。我发现我现在仍然如此。但我想要这种艰难困苦的日子走到尽头。现在我连三餐都无法解决。我想要的不仅仅是生存。我想要发达。

你说的发达是什么样的呢？

就是拥有足够的钱，不用担心吃了上顿没下顿，不用累死累活只为了交房租或者付电话费。说句心里话，我也不愿意显得如此俗气，但我们正在讨论的是现实的生活 ，而非你这本书通篇勾勒出来的虚无飘渺、灵异浪漫的生活画面。

你的语气有点愤怒，对吧？

与其说是愤怒，倒不如说是沮丧。我投身这场灵性游戏已经超过二十年，你看看我现在的下场！我与福利院只隔着一份薪水！而现在我刚失去工作，看来又要　没有收入了。我真的厌倦了这种艰苦的日子。我四十九岁啦，我希望我的生活有些保障　，这样我才能　有更多的时间致力于“神的事务”，灵魂的“进化”之类的。那才是我真正想做的事情，可是我的生活却不允许我那么做……

你刚才说的话很有意义，我想许多人看了肯定会觉得心有戚戚。

下面我将会逐句来回应你的话，这样我们就能详细地分析你的答案。

你“投身这场灵性游戏”的时间并没有超过二十年，你只是刚刚摸到一点门道而已。（顺便提醒你，这不是要“打你屁股”，只是陈述事实而已。）我愿意勉强承认这二十年来你一直看着　它，挑逗　它，偶尔试探 它……但我并没有感觉到你对这场游戏有真心的——你最真心的——投入　，直到最近。

我们要清楚的是，“投身这场灵性游戏”意味着将你的整副精神、整个身体和整个灵魂奉献给依照神的形象和模样创造自我的过程。

这是东方的神秘主义者曾经写到的自我实现的过程。这是西方的神学所致力研究的救赎的过程。

这是每天、每时、每刻都根据最高意识而行动。它是不断地选择和再选择。它是持续的创造。有意识　的创造。有目标　的创造。这是对我们讨论过的创造工具的使用，而且是清醒地、带着神圣目的地去使用。

这才是“玩这场灵性游戏”。现在说说看，你玩这场游戏多久啦？

看来我还没开始玩。

别从一个极端走到另一个极端，别对你自己那么苛刻。你向来有致力于这个过程——而且你灌注的心血真的比你自己认为的要多。但你这么做的时间不到二十年，离二十年还差得远。然而，你参与其中多久实际上并不重要。你现在 参与了吗？这才是唯一重要的。

让我们继续来看你刚才说的话。你让我“看看你现在的下场”，你形容自己“离福利院只有一步之遥”。我望向你，看到的是完全不同的景象。我看到的这个人离豪门巨富只有一步之遥！你说你与凄凉只隔着一份薪水，我看到你与涅槃只隔着一份薪水。当然，这很大程度上取决于你把什么当作“薪水”——以及你为了什么而工作。

如果你的生活目标是获得你所谓的保障，那么我能明白和理解你为什么“与福利院只隔着一份薪水”。然而这种境况也能够得到改善。因为有了我支付的薪水之后，所有好的东西都会来找你——包括在物质世界感到有保障的经验。

我支付的薪水——你为我“工作”而得到的报酬——包含的远远不止灵性的安适。物质的 安适也将会是你的所有。然而，这一切最讽刺之处在于，只要你经验到我的报酬所提供的灵性安适，你将会发现你自己再也不愿为物质的安适操心。

甚至你的家人的物质安适也将不再让你操心——因为只要你的意识上升到神的层次，你将会明白你无需为其他人类的灵魂负责，你亦将明白，尽管想要每个灵魂都安适地生活是值得称赞的愿望，但每个灵魂必须选择——也正在选择 ——它自己在此刻的命运。

很明显，故意虐待或摧残他人并非最高尚的行为。很明显，忽略那些你使得他们依赖你的人的需要也同样是不妥的。

你的职责是让他们学会独立 ；尽可能迅速和彻底地教会他们如何在没有你的情况下生活 。因为只要他们需要你才能活下去，你对他们的宠爱便是假的；唯有当他们意识到你是多余的时候，你对他们的宠爱才是真的。

同样地，神最美好的时刻是你们意识到你们不需要神 的那一刻。

我知道，我知道……这与你受到的所有教育截然相反。然而你的老师告诉你的，是一个愤怒的神，妒嫉的神，需要被需要的神。那根本就不是神，而是被当作神的神经质替代品。

真正的大师并非拥有最多学生的人，而是创造出最多大师的人。

真正的领袖并非拥有最多拥趸的人，而是创造出最多领袖的人。

真正的国王并非拥有最多臣民的人，而是使最多人成为王的人。

真正的教师并非拥有最多知识的人，而是使最多其他人拥有知识的人。

真正的神并非拥有最多仆人的神，而是成为最多人的仆人、从而令所有人都成为神的神。

因为这是神的目标和光荣：他的臣民不再是臣民，所有人都认识到神并非遥不可及的对象，而是必将到达的境界。

我希望你能理解这个道理：你的命运必定是快乐的。你无法不被“拯救”。除了不认识这个道理，没有别的地狱。

所以，身为父母、配偶、被爱之人的你，别让你的爱成为黏合的胶水，而是让它成为磁铁，先是相互吸引，然后反过来相互拒斥，以免那些被吸引的人开始认为他们必须粘着你才能活下去。没有什么比这离真相更远。没有什么比这对别人的伤害更大。

让你的爱把你爱的人推进 世界——让他们去完满地经验他们的身份。这么做你才是真正爱过的人。

这是艰苦的旅途，这条家长的道路。沿途有许多的干扰，许多的世俗顾虑。苦行者不受所有这些影响。他得到别人赠送的干粮和水，还有可供躺下休息的破席，他能够每时每刻都致力于祈祷、冥想和探索神圣的领域。在这样的情况下看到神圣多么容易啊！这样的任务未

免也太简单啦！但给苦行者一个配偶和几个孩子试试看！要是能够在凌晨三点需要换尿片的婴儿身上看到神圣，要是能够在每月一日需要付费的账单上看到神圣，要是能够在配偶的绝症中、在失业下岗的时候、在孩子的发烧中、在父母的病痛中辨认出神的手，那才算是真正的神圣。

我理解你的疲倦。我知道你厌倦了苦日子。然而我告诉你吧：你若跟随我，苦日子就会消失。生活在你的神的空间里，所有事件都将变成神的恩宠。

我现在丢掉工作，没钱交房租，孩子需要看牙医，而且投身那个虚无的哲学空间似乎根本不是解决这些问题的方法，你叫我怎么进入神的空间呢？

当你最需要我的时候，请别抛弃我。现在你受到的是最大的考验。现在你得到的是最好的机会。也就是去证明这本书所写的一切的机会。

我说出"请别抛弃我"时，口气像我们刚才提起那位可怜而神经质的神。但我不是。你可以"抛弃我"，随你的便。我无所谓，而且那也不会改变我们的关系。我说这句话，只是为了回答你的问题。每当遇到危难，你往往会忘了你的身份 ，以及我赐予你用于创造你所选择的生活的各种 工具。

你现在比以往更加需要进入 你的神的空间。首先，它能给你的精神带来伟大的安宁，安宁的精神是伟大的观念的来源，而那些伟大的观念也许能够解决你认为你遇到的最大问题。

其次，你的神的空间能够让你的自我得到实现，而这正是你的灵魂的目标，你的灵魂的使命 。

当进入你的神的空间，你将会认识和了解到，你现在经验的一切都是临时的。我告诉你吧，天堂和地球将会消失，而你却不会。这种永恒的视角有助于你正确地看待事物。

你可以用当下这些景况的真实属性来定义它们：临时的，短暂的。接着你可以把它们当作用来创造当下的经验的工具——因为它们本来就是临时的、短暂的工具。

你认为你是谁呢？当你经验到所谓的丢失工作时，你认为你是谁呢？也许更贴切的问题是，你认为我是谁 啊？你觉得这个问题大得我无法解决吗？摆脱这种困境是我无法实现的奇迹吗？你也许认为即使拥有我赐予你的那么多工具，这个问题对你来说依然大得无法处理，这我能理解——但你真的觉得它对我来说太大了吗？

我从理智上认识到这对神而言不算什么太大的任务。但从感情上我觉得我说不准。我说不准的并非你是否能够 处理它，而是你是否愿意 。

我明白。所以这是个信仰的问题。

是的。

你不质疑我的能力，你只是怀疑我的欲望。

你知道吗，我仍然受到这种神学的影响，它说也许这里某处有为我准备的教训。我仍然不知道我是否有资格去拥有解决方法。也许我活该遇到这样的问题 。也许这属于我的神学不停地告诉我的那些“考验”。所以我担心这个问题也许得不到解决。我担心这正是你要我在这里与之纠缠的问题……

或许现在正是重温我与你的互动方式的好时机，因为你认为问题出在我的欲望上，而我又告诉你，有问题的 是你的欲望。

我想要你得到的东西，就是你想要你得到的东西。不多一分，不少一毫。我才不会坐在这里，逐一聆听你的要求，然后判断是否要把某样东西赐给你呢。

我的规律是因和果的规律，而非“到时再看看”的规律。你选择的东西，你统统 能够得到。甚至在你要求之前，我就已经把它给你。你

相信吗？

我不信。对不起。我曾见过太多的祈祷得不到回应。

无须道歉。只要永远忠于真实——你的真实经验——就好了。我理解你的观点。我尊重它。我并不介意。

那就好，因为我从不 相信我想要什么都能得到。我的生活从来未曾证实那一点。实际上，我很少 得到我想要的东西。每当得到，我就觉得我自己走了狗屎运。

你选择的词汇很有趣。看来你是有选择的。在你的生活中，你既可以走狗屎运，也可以走鸿运。我倒是希望你走鸿运——但是，当然啦，我永远不会干涉你的决定。

我告诉你吧：你总是得到你创造出来的东西，而且你总是不停地创造着。

我并不评判你创造的东西，我只会给你力量，让你去创造更多——更多、更多、更多。如果你不喜欢你刚刚创造的东西，那就重新选择 。作为神，我的职责是永远赐予你这样的机会 。

现在你竟然跟我说你总是得不到你想要的东西。可是我在这里告诉你，你总是得到你召唤的东西。

你的生活总是你关于它的思维——包括你认为你很少得到你选择的东西这个明显具有创造力的思维——的结果。

就当前的情况来说吧，你把你自己当作你丢失工作这种情况里的受害者。然而真相是你不再选择那份工作。你每天早晨不再满怀期待地起床，而是在恐惧中起床。你在工作中不再感到快乐，而是感到怨恨。你甚至开始幻想从事 别的工作。

你以为这些毫无意义吗？你误解了你的力量。我告诉你吧：你的生活始于你的生活目标 。

那么你现在的目标是什么呢？你打算证实你那个理论，证明生活确实很少把你选择的东西带给你吗？或者你的打算是展现你的真实身份和我的身份？

我感到懊恼、痛苦和难堪。

这对你有用吗？当你听到真话的时候，为什么不直接承认它，并向它靠拢就好呢？没有必要指责你自己。只要注意到你向来选择的是什么，并重新选择就可以啦。

但我为什么总是如此盲目地选择否定性的东西，然后又为此而打自己屁股呢？

你还能怎样啊？你自婴儿期开始就被告知你是“坏”的。你接受了你天生有“罪”的说法。感到负疚是一种习得的反应 。在你尚未能够做任何事情之前，你便被告知你必须为你做的事情感到愧疚。你接受的教育让你为你天生不完美而感到羞耻。

人们说你来到这个世界时是不完美的，这种所谓的不完美状态就是你们的宗教人士斗胆称为原罪的东西。它确实是 原罪——但并非你的原罪。这是世界犯在你身上的第一种罪，这个世界对神一无所知，因为它竟然以为神愿意——能够 ——创造出不完美的东西。

有些宗教以这个误解为核心，建立起整套神学。这套神学的真正本质就是误解。因为我设想的一切——我赐予生命的一切——都是完美的，是依照我的形象和模样制造出来的完美的完美镜像。

然而，为了让这种认为神有报复心的观念能够自圆其说，各种宗教需要创造出某些令我愤怒的东西。如此一来，那些毕生循规蹈矩的人也莫名其妙地需要被救赎。如果他们本身不需要被救赎，那么他们需要被从那种他们自己杜撰出来的不完美 中救出来。所以（这些宗教说）你最好为这一切做些事情，而且要快，否则你将会直接下地狱。

最终，这也许无法让一个行为怪异、睚眦必报、怒气冲冲的神满意，但它确实给了那些行为怪异、睚眦必报、怒气冲冲的宗教　以生

命。那些宗教因而得以薪火相传。权力也因而继续集中在少数人手里，而非通过许多人的手得到经验。

关于你自己和你的力量，你理所当然地不断选择较差的思维、较小的观念和最低微的概念，关于我和我的力量，那就更不用说啦。这是你受到的教育 。

**我的神啊，我该怎样破除这些教育对我的影响呢？**

问得好，而且恰好问对人啦！

你可以通过阅读和反复阅读这本书来破除这些教育。重复地阅读它。直到你理解每个段落。直到你熟悉每个字词。当你能够向别人引用它的段落，当你能够在最黑暗的时刻想起它的文句，你就能够“破除这些教育”。

**可是我还有许多问题想问你，还有许多事情想了解。**

没错。刚开始的时候你列出了许多问题。我们再回过头去看看？

# Chapter 08

我要什么时候才能学会得心应手地处理各种关系？是否有办法可以在那些关系中找到快乐？那些关系非得总是如此棘手吗？

关于那些关系，你没有什么需要学的。你只要展示你已有的知识就够啦。

确实 有一种办法可以让你在各种关系中找到快乐，那就是根据这些关系原本的目标、而非你设定的目标去使用它们。

关系总是难以处理的，总是需要你去创造、表达和经验你自己越来越高尚的品德、越来越远大的志向和越来越非凡的人格。唯有在关系中，你才能迅捷地、坚决地、纯粹地这么做。实际上，如果缺乏关系，你根本无法这么做。

唯有借助你和其他人、各种地方和事件之间的关系，你才能够存在于宇宙间，才能够成为可知的量子和有形的事物。别忘了，没有别的一切 ，就没有你。你之所以成为你，是因为有非你的存在。这是相对世界的面貌，与我所在的绝对世界截然相反。

只要你清楚地明白这个道理，只要你深刻地理解它，你就能够本能地去珍惜每个经验，所有的人类遭遇，与他人之间的私人关系，因为你明白，在最高意义上，它们是建设性的。你明白它们可以、必需、正在被用（不管你是否想使用它们）来建筑你的真实身份。

这座建筑可能是你依照自己的蓝图打造出来的宏伟大厦，也可能是完全随缘而落成的屋宇。你可以选择成为一个完全让已发生的事情来左右生活的人，或者是成为一个事先选择生活目标、而且能够控制生活的人。只有后面这种人的自我创造才是有意识的。正是在后面这种经验中自我才能得到实现。

因此，请珍惜每份关系，把每份关系都视为你的真实身份以及和

你现在选择的身份的独特构成要素。

你的问题肯定与那种浪漫的个人关系有关，我理解这一点。所以下面我将会专门用长篇大论来讨论人类的恋爱关系——这些不断地给你们带来许多苦恼的关系！

如果人类的恋爱关系令人失望（关系从来不会真的令人失望，除非是在人类的意识中，你们认为关系若是没有制造出你们想要的结果就是令人失望的），那是因为人们进入关系的理由是错误的。

（“错误”当然是个相对的词汇，指的是某种东西的属性相反于“正确”——不管正确到底是什么！ 如果用你们人类的语言，更准确的说法应该是：“关系令人失望——改变——往往是由于人们进入关系，并不是因为他们想维护这种关系的利益，让这种关系继续存在。”）

绝大多数人进入关系的时候关心的是他们能够从关系中得到什么，而非他们能够为关系付出些什么。

关系的目标是去确定你愿意“暴露”你自己的哪个部分，而非你能够虏获和抓住别人的哪个部分。

关系——乃至生活——的目标唯有一个：去获得和确定你的真实身份。

说在遇到那个特殊的人之前你“什么也不是”是非常浪漫的，但却与事实不符。更糟糕的是，这种说法会给对方施加极大的压力，迫使对方去成为他或她本来不是的人。

由于不想“让你失望”，他们非常努力地去成为你想要他们成为的人，去做你想要他们做的事，直到他们再也无能为力。他们再也不能满足你对他们的期望。他们再也不能饰演你指派给他们的角色。于是怨恨逐渐积累。愤怒随之而来。

最终，为了拯救他们自己（以及 这种关系），这些特殊的对象开始要求做回他们真实的自己，更多地依照他们的真实身份行事。正是

在这个时候，你会说他们“真的变了”。

说你心仪的人出现之后你觉得人生完满了是非常浪漫的。然而关系的目标并非请别人来让你变得完满，而是请别人来分享你的完满。

这就是所有人类关系的矛盾之处：你无需任何人便能完整地经验到你的身份，可是……没有别人，你又什么都不是。

这是人类经验的神秘和神奇，沮丧和欢乐。必须有深刻的理解和完全的自愿才能够以有意义的方式生活在这个矛盾之中。我发现很少有人能够做到。

在进入关系形成期的那些年，你们大多数人充满了期待，充满了性能量，你们的心是敞开的，你们的灵魂是热烈而欢乐的。

在四十岁与六十岁之间（对于绝大多数人而言，这个时间还要提前），你们便放弃了你们最远大的梦想，抛下你们最崇高的希望，安于你们最低的期望——或者根本就已经没有期望。

这个问题如此重要，如此简单，然而却遭到如此悲哀的误解：你最远大的梦想和你最美好的希望必定与你深爱的别人有关系，而非与你深爱的自我 有关系。你的关系受到的考验必定与别人在多大程度上实现你的 理想以及你在多大程度上实现他或她的理想有关。然而唯一真正的考验却必定与你在多大程度上实现你的理想有关。

关系是神圣 的，因为它们为你提供了最难得的机会，实际上也是唯一的机会，让你能够在生活中制造和经验你关于自我的最高观念。当你认为关系为你提供了最难得的机会，让你能够在生活中制造和经验你关于他人的最高观念 时，它们就会令你失望。

但愿处在关系中的每个人都只关心自我——自我是什么人、在做什么事、拥有什么东西；自我渴望、想要和付出什么；自我正在追求、创造和经验什么；到时所有的关系将会出色地完成它们的目标，并让它们的参与者感到非常满意！

但愿处在关系中的每个人别去关心他人，而只、只、只是关心自我。

这样的教导看起来很奇怪，因为你向来听说，在关系的最高形式中，人们只会 关心对方。然而我告诉你吧：你对对方的关注——你对对方的迷恋——正是导致关系令人失望的原因。

对方过得好不好？对方在干什么呢？对方拥有什么东西啊？对方说的是什么呀？对方有什么心愿呢？有什么愿望呢？对方在想什么呢？期待什么呢？计划什么呢？

大师明白，无论对方过得好不好，正在做什么，拥有什么，说什么，有什么心愿，要求什么，这一切都并不重要。对方在做什么，期待什么，计划什么也都无关紧要。唯一要紧的是在关系中你过得好不好。

最懂得爱的人是那种以自我为中心的人。

你真是语不惊人誓不休啊……

如果你仔细看看，你就会发现其实我说得对。如果你无法爱你的自我，你就无法去爱别人。许多人犯下了错误，试图通过爱别人来爱自我。当然，他们并没有意识到他们正在这么做。这并非有意识的努力。但是他们内心深处是这么想的。在你们所谓的潜意识里面，他们想："如果我能够爱别人，他们也将会爱我就好了。那样我就是值得爱的，我就能爱我自己。"

这种思维的反面是，许多人讨厌他们自己，因为他们觉得没有别人爱他们。这是一种疾病——有些人真的得了"缺爱症"，因为实际情况是别人确实　爱他们，但这于事无补。不管有多少人向他们表达爱意，他们总是觉得不够。

首先，他们并不相信你。他们认为你是想要操控他们——试图得到某些好处。（你可能爱上他们那样的人吗？不可能。肯定有什么不妥。你肯定想得到什么东西！你想要的是什么呢？）

他们坐下来冥思苦想，不知道为什么会有人真的爱他们。所以他们并不相信你，开始想方设法逼你予以证明 。你必须证实你是爱他们的。为了达到这个目的，他们也许会要求你开始改变你的行为。

其次，如果他们终于能够相信你是爱他们的，那么他们马上就会担心你的爱会持续多久。所以为了抓住你的爱，他们开始改变他们的行为。

因而，两个人真的在恋爱关系中迷失了他们的自我。他们进入这样的关系，是希望能够找到他们的自我，结果反而迷失了他们的自我。

绝大多数情人之间的痛苦，原因正在于他们的自我在恋爱关系中迷失了。

两个人结合，本来满心以为一加一将会大于二，结果却发现一加一反而小于一。他们觉得情况变得不如单身的时候。不如那时候能干，不如那时候聪明，不如那时候令人兴奋，不如那时候迷人，不如那时候快乐，不如那时候满意。

这是因为他们变差了。为了能够开始——保持——恋爱关系，他们放弃了他们大部分的真我。

这并不是人们想要的恋爱关系。然而，对恋爱关系有过这种经验的人多得你永远认识不完。

为什么？为什么呢？

这是因为人们忘记了（假定他们曾经认识到）关系的目标。

如果不知道彼此都是走在神圣旅途上的神圣灵魂，那么你们便无法理解所有关系背后的目标和理由。

灵魂进入身体，身体获得生命，目的在于进化。你们正在进化，你们正在变化。你们正在使用你们的关系和其他一切 来确定你将要变

成什么。

这是你到这里要完成的任务。这是创造自我的欢乐。这是认识自我的欢乐。这是有意识地变成你想要成为的人的欢乐。这就是拥有自我意识的含义。

你把你的自我带进相对的世界，是为了能够利用各种工具来认识和经验你的真实身份。你的身份就是你在与其他一切的关系中创造出来的你自己。

在这个过程中，你的人际关系是最重要的。你的人际关系因而是神圣的基石。它们确实与他人没有关系；然而，因为它们涉及到其他人，所以又和其他人有千丝万缕 的关系。

这是神圣的二元论。这是封闭的循环。所以说“那些以自我为中心的人是光荣的，因为他们必将认识神”算不上什么惊世骇俗的言语。争取认识你的自我的最高尚部分，并停留在其中心，并不是糟糕的人生目标。

因此，你的第一关系必定是你与你的自我的关系。你首先必须学会尊重、珍惜和爱你的自我。

你必须先认为你的自我有价值，然后才能认为别人有价值。你必须先认为你的自我蒙受神的恩宠，然后才能认为别人蒙受神的恩宠。你必须先认识到你的自我是神圣的，然后才能承认别人身上也有神性。

如果你把车放到马前面——如同大多数宗教要求你们做的那样——并在承认你自己之前先承认别人是神圣的，那么你终有一天会产生仇恨。如果说有什么是你们谁也无法忍受的，那就是有人比你们更加神圣 。然而你们的宗教逼你们认为其他人是比你们更加神圣。你们服从了——暂时地。然后你们将那些人钉上十字架。

我的教员被钉上十字架的不止一位，全部都被你们以各种方式钉死了。你们这么做，倒不是因为他们本来就比你们神圣，而是因为你

们使得他们比你们神圣 。

我的教员带来的信息是相同的。不是“我比你们神圣”，而是“你们和我一样神圣。”

这是你们一直无法听到的信息，这是你们一直无法接受的真相。所以你们永远不能够真正地、纯粹地去跟别人恋爱。你们永远不能够真正地、纯粹地去跟你的自我恋爱。

所以我要告诉你：从今往后，永远以你的自我为中心。无论在什么时候，你要关注的是你现在是谁、正在做什么事、拥有什么东西，而不是别人过得怎么样。

并非在别人的行动中，而是在你的不断行动中，才能找到你的救赎。

我有点懂了，但不知道怎么回事，我总觉得你的意思是我们不该介意别人在关系中对我们做了些什么。他们可以做任何事情，只要我们内心安稳，保持以我们的自我为中心，诸如此类的，那么他们的举动就不会对我们有任何影响。可是别人确实影响到我们。他们的举动有时候确实伤害到我们。每当伤害进入了关系，我就不知道该怎么办。当然啦，你完全可以说“别理它，别受它影响就好”，可是这说起来容易做起来难。在关系中，我确实 会因为别人的话语和行动而感到伤心。

终有一天你再也不会这样。到了那天，你将会认识并在行动中体现关系的真正意义，它们的真正理由。

正是由于你已忘记了这个，所以你才会有那样的反应。不过没关系。这是成长的必经之路。这是进化的组成部分。你在关系中从事的是灵魂的工作，然而那是一种伟大的理解，一种伟大的忆念。在你忆起这个、也忆起如何利用关系这种工具来创造自我之前，你必须在你目前所在的层面上工作。你必须在你目前所在的这种理解层面、意识层面和忆念层面上工作。

所以，假如别人的状态、话语和行为让你感到伤心，你应该去做如下这些事情。首先，诚实地向你自己和别人承认你的感受。你们之中有许多人害怕这么做，因为你们认为这会让你们“没面子”。你内心深处其实也觉得或许你有“那种感受”真的很可笑。你可能没这么小肚鸡肠。你其实“胸怀豁达”。但你就是忍不住。你仍然有那种感觉。

你能做的唯有一件事。你必须尊重你的感受。因为尊重你的感受意味着尊重你自己。你必须像爱你自己那样去爱你的邻居。如果不能够尊重你的自我的感受，你又如何能够理解和尊重别人的感受呢？

在与别人进行交往的过程中，最早需要解决的问题是：在这种关系中，你的身份和你的理想身份是什么？

在尝试几种生活方式之前，你往往不记得你的身份，也不知道你的理想身份。所以尊重你最真实的感情才会如此重要。

假如你最初的感受是否定性的感受，往往拥有那种感受便足以 令你远离它。正是在你拥有 愤怒、拥有 悲伤、拥有 厌恶、拥有 狂乱、产生 想要“报复”的感受时，你才能够舍弃这些最初的感受，因为它们并不是你想要的。

大师是那种已经拥有足够的生活经验、乃至能够预先知道她最后的选择的人。她无需“尝试”什么事情。她从前穿过这些衣服，知道它们并不合身 ，它们不是“她的”。由于大师毕生致力于不断地实现自我，而且大师预先知道将要实现的自我是什么样的 ，所以从来不会产生这类与其自我并不匹配的感受。

这就是大师在面对别人所谓的灾难时能够泰然自若的原因。大师祝福灾难，因为大师认识到，自我正是由灾难（以及所有经验）的种子发展而来的。大师的第二个生活目标便是永远地发展。因为人只要实现了自我，除了继续实现自我之外，并没有什么事情可以做。

到了这个时候，人所承担的便不再是灵魂的工作，而是神的工作，因为这正是我目前在做的！

为了便于讨论，我将假定你尚未完成灵魂的工作。你仍在设法实现你的真实身份。生活（我）将会给你大量的机会去创造那个（别忘了，生活不是发现的过程，而是创造的过程）。

你能够反复地创造你的身份。实际上，你每天都在这么做。然而就现在的情况来看，你并不总是给出相同的答案。给你相同的外在经验，今天你可能选择以耐心、热爱和友善的心情来对待它。明天你选择的心情也许是愤怒、丑陋和悲伤。

大师是那种永远给出相同答案 的人——而且他的答案永远是最高的选择 。

因此大师的选择从本质上是可以预测的。学生的选择正好相反，是完全不能预测的。只要看一个人在面临各种情况时是否永远做出最高的选择，便可以知道这个人在通往大师的道路上走了多远。

当然，这又引发了如下的问题：什么选择才是最高的？

自有时间以来，人类围绕这个问题建立了各种哲学和神学。如果你们真的关心这个问题的答案，你们早就走在通往大师境界的道路上啦 。因为绝大多数人关注的仍然是另外一个与此截然不同的问题。他们想知道的并非什么才是最高的选择，而是什么才是最有利可图的选择？或者我要怎样才能把损失降到最少？

如果生活的出发点是控制损失或者争取最大利益，那么生活的真正益处就丧失了。可能性不见了。机会错失了。因为这样的生活是一种源自怕的生活，是一种欺骗你的生活。

因为你不是怕，你是爱。是无需保护的爱。是不会丧失的爱。然而如果你继续回答的是第二个而非第一个问题，你将永远不会在你的经验中认识到这一点。因为只有患得患失 的人才会问第二个问题。只有以不同的眼光看待生活的人，把自我看作是不断变得更加高尚的存在的人，理解生活的考验并非输或者赢，而是爱或者无法去爱的人——只有这样的人才会问第一个问题。

提出第二个问题的他说：“我是我的身体。”提出第一个问题的她说：“我是我的灵魂。”

此外，但愿每个有耳朵能听的人都来听。因为我要告诉你这个：在所有人类关系的关键时刻，唯一的问题是：

现在爱会怎么做？

其他问题都是多余的，其他问题都是无意义的，其他问题都与你的灵魂毫无关系。

现在我们的解释来到了非常微妙的环节，因为这种让爱诱发行动的原则遭到了广泛的误解，正是这种误解导致了对生活的怨恨和愤怒，而这反过来又使得许多人偏离了正途。

数百年来，你们一直受到这样的教育：由爱诱发的行动，来自给别人带来最多好处的选择。

然而我告诉你吧：最高的选择是为你带来最多好处的选择。

如同所有深奥的灵性真相，这句话本身非常容易招来误解。在你确定你做什么真的能够给自己带来最多好处的那一刻，这种误解就会稍微减轻。当你做出绝对的最高选择，这种误解就会消失，你就能够彻底理解这句话，为你自己带来最多好处就变成了为别人带去最多好处。

这或许需要几辈子的光阴去理解，甚至需要几辈子的光阴去实行，因为这个真相包含着一个更伟大的真相：为己即是为人，为人即是为己。

这是因为你和别人是一体。

而这又是因为……

宇宙间除了你别无所有。

所有在你们的星球上行走过的大师都曾经传授这个道理。（“我告诉你们，表面上你们是在照顾这些小兄弟，实际上你们在照顾的是我！”）然而对于绝大多数人来说，这仍然只是美好而神秘的理论而已，没有多少实际的应用价值 。其实这是自有时间以来最具有实际应用价值的“理论”。

在关系中记住这个理论至关重要，因为不然的话关系将会变得非常棘手。

让我们先来看看如何实际应用这种智慧，暂时别再讨论它那纯粹灵性的、理论的属性。

依照先前的理解，人们——他们是好心好意的，而且大多非常虔诚——在关系中往往会做出那些他们认为最有利于对方的事。可悲的是，在许多情况之下，在绝大多数 情况之下，这种好意不断地遭到对方的滥用和虐待。不断地使关系失灵。

最终，这个努力“去做正确的事”——轻易原谅对方、同情对方、不断地忽略某些问题和行为——的人变得对对方心怀怨恨、愤怒和怀疑，甚至变得对神也这样。因为如果神是公正的，怎么会让人承受无尽的折磨、平淡和牺牲呢，即使以爱的名义？

答案是，神不会。神只要求你爱别人，也爱自己 。

神不只如此。神还建议——推荐 ——你把你自己放在首位。

这么做的时候，我完全明白你们之中有些人将会认为这是对神的亵渎，这不是我的话语；我也完全明白，你们之中其他人甚至可能做出更糟糕的事：认为这是我的话语而予以接受，并且为了你们自己的目标，为了给那些非神的行动找理由，而误解或者歪曲它。

我告诉你吧——从最高意义上将你自己放在首位绝不会导致非神的行动。

因此，如果你发现你自己由于做最有利于你的事情而产生非神的

行动，那么原因肯定不是你把你自己放在首位，而是你误解了最有利于你的事情。

当然，要确定什么对你最有利，你必须也确定你要做的是什么。这个重要的步骤遭到许多人的忽略。你在“忙”什么呀？你的生活目标是什么？这些问题若没有答案，那么你将永远弄不清楚什么对你“最有利”。

说到实际应用——让我们再次抛开理论——如果你受到虐待的时候想寻找对你最有利的做法，那么你起码应该阻止那种虐待。这对你自己和你的施虐者都好。因为当施虐者的虐待被允许继续时，他本人其实也成了受虐者。

这对施虐者是有害无益的。因为，如果施虐者发现他的虐待能够被人接受，他能学到什么教训呢？可是，如果施虐者发现他的虐待再也不能被人接受，他将有机会发现什么道理呢？

所以，用爱对待别人未必意味着纵容别人为所欲为。

父母很早就从孩子身上学到这个道理。成年人与成年人之间反倒很难学到，国家之间亦是如此。

然而对于暴君，除了阻止他们鱼肉百姓，还必须颠覆他们的残暴统治。这是对自我的爱和对暴君的爱所要求的。

这是你的问题——“如果爱是一切，人怎么还有战争的理由呢？”——的答复。

有时候人必须去战斗，才能表明他的真实身份：他是憎恶战争的人。

有时候你必须放弃 你的身份，才能够获得 你的身份。

有些大师传授过这样的道理：若不愿舍弃 ，便不能拥有 。

因此，为了让你自己“拥有”和平者的身份，你也许不得不放弃认

为你自己是永远不会走上战场的人的观念。历史曾召唤许多人做出这样的决定。

在各种最为亲密、最为私人的关系中，情况亦是如此。生活也许再三地要求你通过展示与你的身份相悖的一面来证实你的身份。

如果你有点年纪，这不算很难理解；不过对于那些理想主义青年来说，这可能显得自相矛盾。越成熟的人越能明白这种神圣的二元性。

这并不意味着在人类关系中，如果你受到伤害，你必须去“报复”。（国家间的关系也不应如此。）这只意味着纵容别人不停地造成伤害，对于你的自我和别人来说，也许并非最能体现爱的做法。

这应该能让某些和平主义理论破产，那些理论认为，最高的爱意味着不能用暴力来对付你认为恶的东西。

我们的讨论在这里又要转到理论的一面，因为任何关于这个话题的严肃讨论都必然涉及“恶”这个字及其引起的价值判断。实际上，没有什么是邪恶的，唯有客观现象和经验。然而正是你的人生目标要求你从日渐增多的、无穷无尽的现象中挑选出少数你称为恶的东西，因为若不这么做，你便不能称你自己或者任何东西为善，从而无法认识或者创造你的自我。

通过那种你称为恶的东西，也通过你称为善的东西，你定义了你自己。

因而最大的恶是声称根本就没有恶。

在你今生所处的相对世界里，事物唯有相对于其他事物才能存在。关系的功能和目标是这样的：提供一个经验的领域，让你在其中能够找到你自己，定义你自己，如果你愿意选择的话，还可以不断地重新创造你的身份。

选择成为神的同类并不意味着你要选择成为以身殉道的圣徒，更

不意味着你要成为受害者。

到达大师境界之后，伤害、破坏和损失的可能将会统统被消除；在此之前，能够在你的经验中辨认出伤害、破坏和损失，并依据你和这些经验的关系来定义你的身份，也不失为好事。

是的，别人的思维、话语或行动偶尔将会 伤害到你，直到它们不再伤害你。令你最快速地由此到彼的办法是保持绝对的诚实——要愿意说出、承认和宣布你确切的感受。善意而完整地说出你的真实感受。温柔、彻底而持续地将你的真实感受付诸行动。迅速地改变你的真实感受，如果你的经验给你带来全新的感受的话。

当你在关系中受到伤害的时候，没有头脑正常的人会告诉你“别理它，别受它影响就好”，至少所有的神不会。如果你现在感到伤心，想别受它影响已经太晚了。你现在的任务是确定它到底意味着什么，并将其展示出来。因为通过这么做，你就选择和变成你想要成为的人。

这么说，我不用　成为长年忍辱负重的妻子，或者被瞧不起的丈夫，或者是各种关系中的受害者，也能够让他们变得神圣，或者让神喜欢我。

天哪，当然不用啦。

而且我确实不必 容忍别人打击我的自尊、冲撞我的骄傲、破坏我的情绪和伤害我的心灵，也能够说我在关系中“已尽了全力”，也能够让神和凡人觉得我“担当了我的责任”，“完成了我的义务”。

完全不必。

那么，神啊，请告诉我——在关系中，我应该做出什么承诺，必须信守什么协议？关系带来什么义务呢？我应该寻找什么规范？

答案是你听不进去的——因为它不给你任何规范，也废除你签订的全部协议。答案是：你没有　义务。在关系中没有，在生活中也没

有。

没有义务？

没有 义务。没有禁忌或者限制，没有规范或者规则。你不受任何环境或情况的制约，也不受任何规章或法律的束缚。你不会因为任何罪愆而受惩罚，你也没有能力 犯下任何罪愆——因为在神眼里，没有罪愆这种东西。

我从前听说过这个——这种“没有规则”的宗教。那是灵性的混乱。我可看不出来那怎么行得通。

那必定行得通，前提是你要做的事情是创造你的自我。假如你以为你自己要完成的任务是努力成为其他人想要你成为的人，那么没有规范或者规则确实会让这件事情变得很困难。

然而，爱思考的人恳切地问：如果神希望我成为某种人，她为什么不从一开始就把我创造成那种人呢　？为什么要我这样辛苦地去“克服”我的本性，然后才让我成为神希望我成为的人呢？这个爱提问的人要求知道答案——这个要求是合理的，因为这是个合理的问题。

那些宗教学家会让你相信，我特意把你造得不够神圣，以便你能够有机会成为神圣的人，前提是你必须不停地抵抗所有不神圣的因素——以及，也许我该补上这句，抵抗各种据认为是我赐予你的天性 。

这些所谓的天性包括了犯罪的天性。你受到的教育是，你既已在罪里生，亦将在罪里死 ，犯罪是你的本性。

有种宗教甚至还这样教育你：你对此无能为力 。你自己的行动是无用的、无意义的。认为你能够通过你的行动而“上天堂”是妄自尊大的想法。通往天堂（救赎）的方法唯有一种，那不是靠你自己的努力，而是靠神赐予你的恩宠；神的圣子是神与凡人之间的仲裁，你若要获得神的恩宠，则必须得到圣子的接纳。

获得恩宠之后，你便“得救”。在此之前，无论你过何种生活、做

哪个选择，无论你为了提高你自己或让你自己变得高贵而主动地去做什么努力，总之你所做的一切都是无效的，没有影响的。你不能 使你自己变得高贵，因为你天生低贱。你就是被那样创造 出来的。

为什么呢？那就只有神知道啦。也许他犯了错误。也许他没有造好。也许他希望能够从头再来。但事实如此。做什么……

你在嘲笑我。

不。是你们在嘲笑我。是你们在说，我，神，造出了不完美的生命，然后命令他们要么变得完美，要么面对惩罚。

是你们在说，世界存在几千年之后，我后悔莫及，我说从那以后你们不必非得成为好人，只需为你们不是好人而感到难过，把那个永远完美的人当作你们的救世主就行了，这样就能满足我对完美的欲望。是你们在说，我的圣子——你们认为完美的那人——拯救了你们，让你们摆脱了你们自己的缺陷——我赐予你们的缺陷。

换言之，神的儿子拯救了你们，使你们摆脱了他父亲的所为 。

在你们——你们大多数人——口中，我就是这样创造世界的。

到底是谁在嘲笑谁呢？

这是你在本书中第二次直接攻击基督教的基本教义。我感到很吃惊。

你选择的是“攻击”这个词。可我只是在谈论这个话题而已。顺便告诉你吧，这个话题并非你所说的“基督教的基本教义”。它涉及到的是神的本质，以及神与人类的关系的本质。

这个问题会在这里出现，是因为我们刚才讨论的是关系和生活本身中的义务。

你不敢相信无义务的关系确实存在，因为你无法接受你的真实身份和本质。你称拥有绝对自由的生活是“灵性的混乱”。我说那是神的

伟大承诺。

唯有在这个承诺的范围之内，神的伟大计划才能得到完成。

在关系中，你没有义务。你有的只是机会。

机会，而非义务，才是宗教的基石，才是所有灵性的基础。要是反过来看，你的理解就会出偏差。

关系——你与所有事物的关系——是作为你的灵魂工作的完美工具而被创造出来的。所以一切人类关系都是圣洁的领域。所以每种个人关系都是神圣的。

就此而言，许多教会的理解是正确的。婚姻确实是神圣的。但原因并非它含有神圣的义务，而是它提供了无与伦比的机会。

在关系中，永远不要出于义务感去做任何事情。无论做什么事，你都要感到你的关系给你提供的是非凡的机会，让你能够确定和获得你的真实身份。

这我能听得进去——然而在我的关系中，每当遇到困难挫折，我总是会放弃。这造成的结果是，虽然我天真地认为我应该拥有一段关系，可实际上却有好几段。我好像不懂得维持关系的方法。你说我能学到吗？我要怎么做才能维持好关系呢？

听起来你好像认为维持好关系意味着成功。请别误将维持关系混同于完成任务。请记住，你来这个星球的任务不是看你能够把关系维持多久，而是去确定和经验你的真实身份。

这不是短期 关系的借口——然而也没有关系非得长久的要求。

话又说回来，虽然没有这样的要求，但是长期关系确实为相互 发展、相互  表达和相互  满足提供了非凡的机会——这种机会本身就是很珍贵的。

我知道，我知道！我早就想到应该是这样啦。那么，我怎样才能

做到呢？

首先，确保你进入关系的理由是“对”的。（在这里，我所用的“对”这个词是相对的。“对”是相对于你在你的生活中持有的更大的目标而言的。）

正如我先前指出的，绝大多数人进入关系的理由是“错”的，他们往往是为了结束寂寞，填补空虚，为他们自己带来爱，或者给别人带去爱，不过这些理由其实算比较好的。有些人进入关系是为了拥有良好的自我感觉、终止压抑、改善性生活、忘掉先前的关系，或者——说了你可能不信——为了消除烦闷。

这些目的没有一个能够得到实现，除非交往过程中发生了某些戏剧性的变化，否则这样的关系也将不会长久。

我可从来不为这些理由而进入我的关系。

你这话值得推敲。我认为你不知道你为什么进入你的关系。我认为你不曾以这种方式思考过你的关系。我认为你不曾带着目的进入你的关系。我认为你进入你的关系是因为你觉得“爱上了”。

确实如此。

我认为你不曾仔细思考你为什么会“爱上了”。是什么让你产生了这种反应？受到满足的是哪种或者哪些需求？

对于绝大多数人来说，爱是需求满足引起的反应。

每个人都有需求。你需要这个，别人需要那个。你们都在对方身上看到需求满足 的可能性。所以你们默默地同意进行交易。如果你把你拥有的给我，我就把我拥有的给你。

这是一种交换。但你不会把真相说出来。你不会说：“我跟你换了很多。”你会说：“我对你爱得很深。”然后失望就开始啦。

这个你以前说过啦。

是的，你以前做过 这件事——不止一次，而是很多次。

这本书有时候显得循环往复，总是不断重复同样的东西。

生活也差不多。

说得妙。

这里的过程是你不停地提问，我只是不停地回答你的问题。如果你用三种不同的方式提出同样的问题，那么我只好重复我的答案啦。

也许我是希望你能给出不同的答案吧。我问你关于恋爱关系的事，你让其失去了许多浪漫色彩。冲动地、不假思索地爱上某个人有什么错呢？

没有错。你想以这种方式爱上多少人都可以。但如果你想要与他们培养终生的关系，你也许会略加思考。

此外，如果你喜欢蜻蜓点水般对待每段关系，甚或更糟糕，如果你喜欢维持关系的原因是你觉得你“不得不”维持，然后过着平静而绝望的生活，如果你喜欢重蹈你过去的生活中的覆辙，那么请你继续去做你做过的事情。

好吧，好吧。我懂啦。老兄，你真是不依不饶啊，我说得对吧？

这是真相的问题所在。真相 是不依不饶的。它不会放过你。它总是不停地从你身边各处冒出来，让你看看实际情况是什么样的。那会让人觉得很烦。

好吧。我想找到各种可以用来维持长期关系的工具——你说带着目标进入关系是其中的一种。

是的。但要确保你和你的对象都认可那个目标。

如果你们都能够在意识的层面上认可你们发展关系的目标不是为了创造义务，而是为了创造机会——这个机会让你们能够成长，能够

完整地表达自我，能够在你们的生活中发挥你们最大的潜能，能够纠正你们有过的每种错误想法和轻视自己的观念，能够通过你们两个灵魂的交流而最终达到与神合一的境界——如果你们宣下的不是以前那些誓言，而是这个誓言，那么你们的关系将会拥有非常好的起点。它将会拥有正确的出发点。那是非常好的开始。

就算这样，也不保证必定成功啊。

如果你想要生活有保证，那么你要的就不是生活。你要的是依照已经定稿的剧本进行的彩排。

生活的本质决定了它不能拥有保证，否则它的目标将会落空。

好吧。我懂了。那么现在我的关系已经有了这个“非常好的开始”，我要怎样才能维持它呢？

认识和理解你在关系中将会有许多遇到棘手的问题和困难的时刻。

请努力地做到别逃避它们。欢迎它们。满怀感激地。把它们当作神赏赐的美好礼物，当作千载难逢的良机，让你能够完成你在关系——和生活 ——中的任务。

请非常努力地做到别在这些时刻把你的对象视为仇敌或者对手。

实际上，你要做到别把任何人、任何事视为仇敌，甚至也别把任何人、任何事视为问题。要培养把所有问题当作机会的技巧。这些机会能够……

……我知道，我知道——“能够让你确定和获得你的真实身份”。

没错！你明白啦！你总算 明白啦！

我觉得这种生活听起来非常沉闷。

那是你的眼光太低了。睁大你的双眼。拓宽你的视野。你要明

白，你身上有许多你尚未看见的优点。你的对象身上亦是如此。

只要明白别人身上有许多你尚未认识的优点，你就永远不会去伤害你的关系，也不会去伤害任何人。因为别人身上的优点是你认识不完的。永远认识不完的。他们只不过是因为怕，才不再将那些优点展示给你。如果别人发现你觉得他们能够变得更优秀，他们就会安心地展现更多你已经认识到的优点。

看来人们倾向于满足我们对他们的期望。

大抵如此。在这里，我不喜欢“期望”这个词。期望破坏关系 。倒不如说，人们倾向于在他们自己身上看到我们在他们身上看到的东西。我们越是认为他们优秀，他们就越愿意去获得和展示我们认为他们身上本来具备 的优点。

难道所有真正可贵的关系不都是这样运转的吗？难道这不是治疗过程——我们用来促使人们“打消”他们每个关于他们自己的错误观念的过程——的组成部分吗？

难道这不是我正在本书中为你 而做的事情吗？

是的。

这是神的工作。灵魂的工作是唤醒你自己。神的工作是唤醒所有其他人。

而我们能够通过依据别人的真实身份来看待他们，通过让别人想起他们的真实身份，来完成这项工作。

完成这项工作有两种方式——让别人想起他们的真实身份（这非常困难，因为他们将不会相信你），以及让你自己想起你的真实身份（这容易得多，因为你不需要他们的信任，只需要相信你自己）。不停地展现你的真实身份最终也能让别人想起他们的真实身份，因为他们将会在你身上看到他们自己。

许多大师被派来地球展示永恒真相。也有些人，比如说洗礼者约翰，是被派来当信使的，他们用光芒四射的字词来说出那个真相，用清晰得不会使人误解的语言来谈论神。

这些特别的信使被神赐予了非凡的洞察力，以及能够认识和接受永恒真相的异禀，还有以大众能够也将会理解的方式阐述复杂概念的能力。

你是这样的信使。

我啊？

是的。你相信吗？

这件事太难以接受啦。我的意思是，我们所有人都想要与众不同……

……你们所有人确实都与众不同……

……等到我们觉得自己与众不同的时候，我们的自我便会膨胀，至少对我来说是这样的，我们会觉得我们自己被“选中”去完成某件神奇的任务。我必须不断地与那种自我意识做斗争，努力净化和再净化我的每个思维，每句话语和每次行动，以免自我膨胀过度。所以你说的我很难听得进去，因为我意识到你说的话让我飘飘然，而我这辈子都在避免自己妄自尊大。

我知道你一直都在这么做。

但你有时候还是会得意忘形。

我很惭愧，但是不得不承认。

然而，每当遇到神，你总是彻底地放下你的自大。曾有许多个深夜，你祈求神赐予你光明，恳请上苍给你慧眼；你这么做并非为了丰富你的自我，或是增添你的名望，而是出于内心深处纯粹而朴素的求知欲望。

是这样的。

你曾反复地向我保证，假如你的求知欲望能够得到满足，你将会尽余生之力，在醒着的每时每刻，与别人分享那个永恒真相……这并非因为你需要赢得喝彩，而是因为你从内心最深处想要终结别人的痛楚和苦难，想要带给别人快乐与欢欣，想要帮助和治愈别人，想要别人重新拥有你一直经验到的与神同行的感觉。

是的，是这样的。

所以我选择你成为我的信使。你，以及其他许多人。因为现在，在即将来临的世代中，世界将会需要许多号角来奏响嘹亮的召唤。世界将会需要许多声音来说出无数人渴望听到的关于真相和治疗的话语。世界将会需要许多心团结起来致力于灵魂的工作，并为神的工作做准备。

坦白地说，你能宣称你对此毫无察觉吗？

不能。

坦白地说，你能声称这并非你来找我的原因吗？

不能。

那你准备好借这本书确定和宣布你自己的永恒真相，大声地宣告和清晰地说出我的光荣？

我必须把最后这几句对话也写进书里吗？

没有什么事情是你必须做的。别忘了，在我们的关系中，你没有义务。唯有机会。难道这不是你终生等待的机会吗？难道你不是从青少年时期开始 就将你的自我贡献给这个使命，以及为其而做的恰当准备吗？

是的。

那么别去做你必须做的事，而是去做你有机会做的事。

说道把这些对话写进我们的书里，为什么不写呢？莫非你以为我想要你成为秘密的信使？

那倒不是，我没这么想过。

宣布自己是神的人需要很大的勇气。你知道的，无论你成为别的什么，这个世界都将会更容易去接受——可是神的人？真正的信使？我派出的每个信使都曾遭到侮辱。他们得到的远非荣耀，除了心痛，他们一无所获。

你愿意吗？你是否真心愿意说出关于我的真相？你是否愿意承受其他人的嘲弄？你是否准备好放弃地球的荣耀，而去争取灵魂完全实现的更大光荣？

神啊，你的口气突然变得很沉重。

你想要我跟你开玩笑吗？

嗯，在这里我们可以轻松一点啊。

想要轻松那还不容易啊！我们用个笑话来结束本章吧？

好主意。你有笑话吗？

没有。但是你有。跟我说说那个画画的小女孩……

哦，那个啊，好啊。那我说啦。某天，有个妈妈走进厨房，发现她的小女儿在餐桌旁边，周围散落着许多蜡笔，全神贯注地看着她随手创造出来的画。“乖女儿，你这么忙，在画什么呀？”妈妈问。“我在画神，妈妈。”美丽的姑娘回答说，眼里神采飞扬。“哦，宝贝，你好乖啊，”妈妈说，想帮帮她女儿，“可是你知道吗，没有人真的知道神的模样。”

“嗯，”小女孩高兴地说，“等我画完你就知道啦……”

这个小小的笑话真棒。你知道最棒的是什么吗？那小女孩从不怀疑她知道如何准确地 画出我的样子！

是的。

现在我讲个故事给你听，我们用这个故事来结束本章。

好啊。

从前，有个人突然发现他自己每周花几个小时去写一本书。他不分日夜，总是匆匆忙忙地拿起纸和笔，记录下每个新的灵感。最后，有人问他在忙什么。

“哦，”他回答说，“我正在写下我和神之间一次很长的对话。”

“你真行，”他的朋友宽容地说，“可是你知道的，没有人真的知道神将会说些什么。”

“嗯，”这人笑着说，“等我写完你就知道啦。”

# Chapter 09

你也许会认为这是很容易做到的，这件获得“你的真实身份”的事情，但它将会是你在你的生活中遇到的最大难题。实际上，你也许永远也做不到。做到的人很少。这不是一辈子能做到的事情。也不是几辈子能做到的事情。

那为什么要我们去尝试呢？为什么要我们过这种没有尽头的苦日子？谁需要它啊？既然生活无非是一次不会产生特殊后果的无意义练习，一场你无论怎么玩也不可能输的游戏，一个令所有人最终都达到相同终点的过程，那你为什么不只是让我们快乐地享受这种生活就好了呢？你说没有地狱，也没有惩罚，不可能会输，那你为什么要我们先不断地尝试，然后才能够赢呢？既然你说我们努力要去的地方是那么难以抵达，那为什么还要让我们去呢？为什么不让我们抛开所有这些有关神和“获得你的真实身份”的事务，轻松自在地享受我们的美好时光就好了呢？

我的孩子，看来你真的很沮丧……

是啊，我厌倦了不停地尝试、尝试、尝试，得到的却只是你来到这里，告诉我这件事非常困难，一百万个人中只有一个能完成。

嗯，我能理解你的心情。让我来看看能否帮上你的忙。首先，我想指出的是，你已经享受过你的“美好时光”啦。你认为这是你第一次想要这么做吗？

我不知道。

难道你不觉得你从前有过美好的时光吗？

有过几次吧。

嗯，你确实有过。有过许多次。

多少次？

许许多多 次。

这句话是在鼓励我吗？

它是在启发你。

怎么会呢？

首先，它能打消你的忧虑。它带来了你刚才提到的“不可能失败”的因素。它让你相信，生活的意图并非要令你失败，你想要和需要多少机会，就能得到多少机会。　　你可以反反复复地享受美好的时光。如果你确实迈出了下一步，如果你进化到下一个层面，那是因为你想要那么做，而不是因为你必须那么做。

没有什么事情是你必须做的！如果你享受这个层面的生活，如果你觉得这对你来讲已经是归宿，你可以再三再四地拥有这种经验！实际上，你确实反复地拥有这种经验——原因正是你享受目前的生活！你爱这如戏的生活。你爱这苦痛的生活。你爱这种对神一无所知的生活！所以你才会过着这样的日子 ！

你是在跟我开玩笑吗？

我会跟你开这种玩笑吗？

我不知道。我不知道神会开哪种玩笑。

我不会开这种玩笑。这个话题太接近真相，太接近终极的认识。我从来不拿“生活何以如此”来开玩笑。关于这个话题，已经有太多人的说法让你摸不着头脑。我来这里的用意并非让你变得更加糊涂。我来这里是为了让你变得清醒。

那么请让我变得清醒吧。你是说这种生活是我自己想要过的吗？

当然啦。是的。

这样的生活是我选择 的？

是的。

我曾经多次做出这个选择？

许多次。

到底多少次？

你又来了。你想要准确的数字吗？

给个大概的估计就好啦。我想知道是几百次还是几十次。

几百次。

几百次？我已经活过几百辈子 ？

是的。

我走过的路有这么远啊？

确实是挺远的。

哦，你没骗我吧？

绝对没有。在前世的生活里，你还杀过人呢。

那有什么错呢？你自己也说过，有时候需要战争才能终结邪恶。

我们必须再来谈谈那个话题，因为能看到那句话正在被使用和误用于解释各种事情——正如你目前所做的，或者为各种疯狂的举动找借口。

根据我见证你们人类设计出来的最高标准，杀戮绝不能被当成表达愤怒、消除敌对、“纠正错误”或者惩罚罪人的合理手段。有时候需要战争才能终结邪恶那句话是真的——因为你们使它成为一句真话。

在创造自我的过程中，你们确凿地认为，对所有人类生命的尊敬是，也必须是，崇高价值观的核心要素之一。我很高兴你们做出这样的决定，因为我创造的生命并不是用来毁灭的。

正是这种对生命 的尊敬使得你们有时候需要战争，因为正是通过打击迫在眉睫的邪恶的战争，正是通过保卫命悬一线的别人的战役，你们才能够证明你们的身份。

在最高的道德法则之下，你们有权利——实际上，在那个法则之下，你们有义务——去制止别人或你自己受到的攻击。

这并不意味着杀戮是惩罚、报复或者解决那些鸡毛蒜皮的纠纷的合理手段。

在你的前生，你曾在决斗中杀了人，为的是争夺某个女人的情感，而且苍天在上，你还说这是为了保护你的荣誉 ，可这其实让你失去 了所有的荣誉。用致命的武力来解决纠纷 是很荒唐的。时至今日，仍 有许多人动用武力——致人死命的武力——来解决荒唐的纠纷。

有些道貌岸然的人甚至还以神的名义 进行杀戮——而那是对神最大的亵渎，因为那与你们的真实身份并不相符。

哦，那杀人确实错啦？

让我们先来谈谈对与错的问题。任何事情 都没有“错”。“错”是个相对的词汇，指称你们所谓的“对”的反面。

然而，“对”是什么呢？你真的能够客观地做出决定吗？“对”与“错”不就是你根据你对各种事件和情况的决定而叠加在它们之上的描述吗？

请你告诉我，你做出决定的基础 是什么呢？你自己的经验吗？不是的。在绝大多数情况下，你选择接受的是别人的决定。你认为那些出生比你早的人也许了解得比你多。在日常生活中，你很少根据你的

理解，亲自做出“对”与“错”的决定。

遇到重大问题，情况尤其如此。问题越重大，你就越不可能聆听你自己的经验，你就越容易将别人的决定据为己有。

所以你们彻底地不再操心你们生活的某些领域，以及某些由人类经验而引发的问题。

这些领域和问题通常包括各种对你的灵魂而言至关重要的话题：神的本质，真正的道德的本质，终极实在的问题，各种围绕战争、医疗、堕胎、安乐死而展开的生死议题，整个个人价值观、价值结构和价值判断的实质。这些大多被你置之不理，分派给其他人。你并不想对它们做出你自己的决定。

“有其他人做出决定啦！我听他们的，我听他们的！”你大声说，“让其他人告诉我什么是对、什么是错就好啦！”

顺便告诉你吧，这就是人类的宗教十分流行的原因。宗教的信仰系统是无足轻重的，只要立场坚定、教义连贯、清楚拥趸的期望、教规严厉就可以啦。给出这些特征，你能发现人们简直什么都信。最怪异的行为和信念可以——曾经——被归咎于神。这是神的作风，他们说。这是神的话语。

有些人将会接受这种说法。兴高采烈 地。因为，你知道的，这消除了他们亲自思考的负担 。

现在我们可以来谈杀戮了。杀戮能够有正当的理由吗？仔细想想吧。你将会发现你无需外在的权威也能找到方向，无需更高的信息来源也能得到答案。只要你思考这个问题，只要你看看你对它有什么感受，答案将会浮现给你，你将能够采取相应的行动。这就是所谓的依照你自己的权威去行动。

正是当依照别人的权威去行动时，你才会给自己找麻烦。国家和民族应该利用杀戮来实现它们的政治目标吗？宗教应该利用杀戮来加强它们的神学戒律吗？社会应该利用杀戮来对付那些违反行为规范的

人吗？

杀戮是合适的政治补救措施、灵性劝说工具或社会问题对策吗？

如果有人要杀你，你可以杀他吗？你会用致命的武力来拯救你的爱人吗？或是来拯救某个陌生人？

如果有人丧心病狂，你不杀他他就要杀你，那么杀戮是合理的防卫手段吗？

杀人和被杀有区别吗？

国家要你相信，为了纯粹的政治任务，杀戮完全是合情合理的。实际上，国家需要 你对它说的这番话信以为真，才能够作为权力实体而存在。

宗教要你相信，为了传播和维护其真相，也为了让人遵守它们的教义，杀戮完全是合情合理的。实际上，宗教需要 你对它说的这番话信以为真，才能够作为权力实体而存在。

社会要你相信，为了惩罚那些犯下特定罪行（这些罪行因年代而有所不同）的人，杀戮完全是合情合理的。实际上，社会需要你对它说的这番话信以为真，才能够作为权力实体而存在。

你认为这些观点是正确的吗？你有没有把别人的话奉为圭臬？你自己有什么看法呢？

这些事情无所谓“对”和“错”。

但你的身份的肖像是你通过你的决定而画出的。

实际上，各个国家和民族已经通过它们的决定画出了这样的肖像。

各种宗教已经通过它们的决定创造出恒久而难忘的形象。各个社会也已经通过它们的决定而制造出它们的自画像。

你满意这些画像吗？你愿意呈现出这些形象吗？这些肖像真的代表你的身份吗？

请留意这些问题。你也许要好好想想怎么回答。

思考是很辛苦的。做出价值判断是很困难的。这让你处于纯粹的创造之中，因为将来会有许多时候你不得不说“我不知道　，我真的不知道　”。然而你仍将不得不做出决定。所以你仍将不得不选择。你将不得不做出坚定的选择。

这样的选择——这种对未曾了解的事物做出的决定——被称为纯粹的创造。做出决定的人意识到，深深地意识到，自我正是在做出这种决定的过程中被创造出来的。

绝大多数人对这项重要的工作毫无兴趣。绝大多数人宁愿将其交给别人去完成。所以绝大多数人都并非自我创造出来的生灵，而是习惯的生灵——别人创造出来的生灵。

然后，如果别人告诉你该有什么感受，而它又跟你的真实感受相矛盾，那么你将会经验到深深的内在冲突。你内心深处知道别人跟你说的与现实的你不符 。那你该怎么处理呢？该怎么办呢？

你想到的第一个办法是去找宗教人士——那些告诉你该有什么感受的人。你去找各种神职人员、经学大师，还有你的老师，他们让你别再聆听 你的自我。他们中最坏的那些人将会恐吓你，让你离开你的自我，让你远离你的本能认识 。

他们将会跟你说起恶魔、撒旦、妖怪、冤鬼、地狱、报应和所有他们能够想到的可怕事物，目的是为了让你以为你的本能认识和感受是错误 的，而且唯有接受他们 的思维、他们 的观念、他们 的神学、他们　关于对错的定义和他们　关于现实的你的看法，你才能得到安乐。

令你心动的是，你只要同意他们的看法，马上就能得到赞扬。同意就能马上得到赞扬。有些人甚至因此载歌载舞，挥动手臂，高

喊“哈利路亚”！

这太难以抗拒了。这种赞扬，这种你看到光明、得到拯救 之后的欢欣！

内在的决定很少得到掌声鼓励。追随个人真相的选择很少会有鲜花环绕。事实与此完全相反。别人非但不会称赞你，实际上还可能嘲笑你。什么？你胆敢自作主张 ？你竟然做出你自己的决定？你居然使用你自己的标尺、你自己的判断、你自己的价值观？你到底以为你是谁啊？

实际上，这恰恰是你正在回答的问题。

但这个任务很可能必须独自承担。很可能得不到回报，得不到赞赏，甚至得不到注意。

所以你问的问题很好。为什么要这样呢？为什么要走上这样的道路呢？踏上这样的旅途有什么好处呢？这么做的动机何在？理由是什么？

理由简单得很可笑：

没有别的事可以做。

此话怎讲？

我的意思是，这是唯一的游戏。没有别的事可以做。实际上，没有别的事情是你能够做的。在你的余生中，你将会不停地做你现在做的事——正如你自从出世以来都在做这件事。唯一的问题是你将会有意识地去做，还是无意识地去做。

你知道吗，你无法离开 这段旅途。在你出世之前，你已经踏上这段旅途。你的出生只是表示这段旅程已经开始。

所以问题不在于：为什么要走上这样的道路？你已经走上。你从你的心跳第一下的时候就走上了。问题是：我愿意有意识地走这条

路，还是无意识地？清醒地，或者糊涂地？我要成为我的经验的前因，还是成为它的后果？

在你这辈子的绝大多数时间里，你生活在你的经验的后果中。现在，你受到邀请，可以成为你的经验的前因。那就是有意识的生活。那就是所谓的清醒的行走 。

正如我说过的，你们之中许多人已经走过很远的路。你们取得的进展不算小。所以你们不应该觉得你们活了这么多辈子“只”来到这里。你们当中有些已经是高度进化的生灵，有非常清晰的自我感觉。你们知道你们的现实身份，也知道你们的理想身份。此外，你们还知道那条从现实通往理想的道路。

那是个伟大的符号。那是个清晰的标志。

标志着什么呢？

标志着你们已经没有多少辈子可活。

那是好事吗？

对于现在的你来说，是的。它是好事，是因为你说它是好事。不久之前，你还只想停留在现在的生活里。如今你只想离开。这是非常好的标志。

不久之前，你常常杀生——虫子、花草、树木、动物、人，如今你不会平白无故地去滥杀无辜。这是非常好的标志。

不久之前，你茫然地度日，仿佛你的生活没有目标。如今你认识到生活确实没有目标，除非你给它一个 。这是非常好的标志。

不久之前，你乞求宇宙带给你真相。如今你告诉宇宙你的真相 。这是非常好的标志。

不久之前，你追名逐利。如今你追求单纯而美好地成为你的自我。这是非常好的标志。

而且不久之前，你怕我。如今你爱我，爱得称我为你的等辈。

所有这些都是非常、非常好的标志。

哇噻……你让我心情大好啊。

你的心情应该大好才对。说话用上“哇噻”的人，心情是不可能糟糕的。

你真的 很幽默啊……

幽默是我发明 的！

是的，你已经说过啦。好吧，那么继续生活的理由是没有别的事可以做。人世间的情况就是如此。

准确无误。

那么我能问你吗——这条路会更容易走吗？

我亲爱的朋友啊——比你三辈子之前容易多啦，连我都说不出来容易多少。

是的，是的——它变得更容易走。这么说吧，你忆起的越多，你能够经验的就越多，你所认识的也就越多。而你认识的越多，你忆起的就越多。这是个循环。所以，是的，这条路变得更容易走，更好走，甚至给你带来更多的乐趣。

但别忘了，这段旅途绝不是 艰苦的跋涉。我说的是，你一直爱它的全部 ！每分每秒你都爱！啊，太美妙啦，这种叫做生活的东西！它是一段美妙的经验，对吧？

嗯，我猜应该是吧。

你猜？我还能让它变得更美妙吗？难道我没有容许你去经验一切吗？比如说泪水、欢乐、痛苦、高兴、欣喜、压抑、胜利、失败和平

局？你还想要什么呢？

也许痛苦可以少一点。

如果你的痛苦减少，而智慧没有增长，那么你将会达不到目标，你将无法经验到无限的欢乐——那正是我的本质。

耐心点吧。你正在获得智慧。如今你无需付出痛苦 也能获得的欢乐越来越多。这也是个非常好的标志。

你正在学习（忆起）如何没有痛苦地去爱，没有痛苦地去松手，没有痛苦地去创造，甚至没有痛苦地去哭泣。是的，你甚至还会没有痛苦地去痛苦，不知道你是否听懂我的话。

我想我听懂了。现在甚至更懂得欣赏自己的戏剧人生啦。我能够冷眼旁观，看着那些场景上演。甚至可以边看边笑。

确实如此。你不认为这就是成长吗？

我想我是这么认为的。

那么，继续成长吧，我的孩子。继续变化。继续确定你接下来最理想的身份是什么。加油！加油！这是我们——你和我——为之奋斗的神的工作。所以请加油！

# Chapter 10

我爱你，你知道吗？

我知道。我也爱你。

# Chapter 11

我想回到我提的那些问题。每个问题我都想知道更详细的解答。我知道，光是关系那个问题，我们就能写整本书。但要是那样的话，我就得不到其他问题的答案啦。

将会有其他时刻，其他地方。甚至会有其他书籍。我与你同在。让我们继续吧。等后面有时间，我们再来看看关系的问题。

好的。那么，我的下一个问题是：我在生活中为何总是赚不到足够的钱？我的余生注定要如此穷困吗？是什么导致我无法实现我在这方面的全部潜能呢？

遇到这种情况的不只你一个，而是有许许多多的人。

每个人都告诉我这是自尊的问题，表明我缺乏自尊。我遇到过十几个新时代教师，他们说缺乏任何东西的根源总是在于缺乏自尊。

这是为了偷懒而把问题简化。你那些老师对这个问题的看法是错误的。你绝对不缺乏自尊。实际上，你毕生最棘手的任务是控制你的自我别膨胀。有人说你之所以如此落魄，是因为你自视太高 。

哎呀，你说对了，我又觉得尴尬和惭愧啦。

每次我说出有关你的事实，你总是说你感到尴尬和惭愧。尴尬是仍然在意别人如何看待自己的人才会有的反应。 你要让你自己摆脱那种心态。不妨换个新的反应。不妨哈哈大笑 。

好吧。

自尊不是你的问题。你被赐予大量的自尊。许多人都这样。你们都把自己看得很高，这是正常的。所以对于绝大多数人来说，自尊不是问题。

那问题是什么呢？

问题在于对富裕的原则缺乏理解，通常还要加上对“善”和“恶”的错误判断。

让我来给你举个例子。

请说。

你总是认为金钱是恶/坏的。你还总是认为神是善的。表扬你！因此，在你的思维系统里，神和金钱井水不犯河水。

嗯，从某种意义上来说，我想这是真的。我正是这么想的。

这让事情变得很有趣，因为这让你很难从善的事物中得到金钱。

我的意思是，如果某件事物在你看来非常“善”，那么你会觉得它在金钱方面的价值很低。所以事物越“善”，它就越不值钱。

持有这种看法的并非你一人。你们的整个社会都这样。所以你们的教师收入微薄，你们的舞女日进斗金。你们的领袖的薪水跟体育明星的收入相比微不足道，乃至他们觉得非得贪污受贿心理才能平衡。你们的神职人员食不果腹，而你们却宁可把钱花在那些从事娱乐行业的人身上。

请仔细想想。每种你们认为具有很高的内在价值的东西，你们都绝对不愿意花大钱去得到。寻找治疗艾滋病良方的孤独科学家四处讨要研究经费，而那个写书讨论性交新招百式、并据此摄制了录像带和开办周末研讨班的女人却发了大财。

这种“全部颠倒着来”的作风是你们的积习，它源自错误的思维。

那个错误的思维就是你们对金钱的看法。你们爱它，然而却说它是万恶之母。你们仰慕它，然而却蔑称它为“阿堵物”。你们说有钱人身上散发着“铜臭”。如果有人确实因为做“善”事而变得富裕，你们马上就会产生怀疑。你们认为那是“错误的”。

所以，医生要么最好别赚太多钱，要么最好学会闷声发大财。至于内阁大臣　　——哇哦！她真的最好别赚太多钱（先假定你们愿意让“她”当上内阁大臣），否则肯定会引起大麻烦。

你明白了吧，在你的头脑中，选择了最高天职的人应该得到最低的报酬……

嗯。

是的，知道“嗯”就对啦。你应该仔细想想。因为那个思维错得离谱。

我想没有错或对这回事。

确实没有。唯有对你有益的，和对你无益的。“对”和“错”是相对的词汇，当使用它们时，我指的其实是对你有益或者无益。在这个例子中，你的金钱思维是错误的，因为它对你无益，不能让你得到你说你想要 的东西。

别忘了，思维是创造性的。所以如果你认为金钱是恶的，同时又认为你自己是善的……嗯，你能看到其中的矛盾之处。

尤其是你，我的孩子，这种人类特有的思维在你身上体现得尤为明显。绝大多数人并不像你这样认为这种矛盾是水火不容的。绝大多数人憎恶他们谋生的工作，所以他们并不介意从中得到金钱。可以这样说吧，他们认为这是“恶”有“恶”报。但你热爱你在生命中日日夜夜的所作所为。你热爱那些你用来填满时间的活动。

因此，在你看来，获得大量的金钱作为你的劳动的回报，在你的思维系统里，是“善”有“恶”报，这是你万万不能接受的。你宁愿挨饿也不愿替纯粹的宗教服务收取“阿堵物”……仿佛你若收了钱，你的宗教服务便不再纯粹似的。

在这里，我们看到了这种对待金钱的好恶交织的态度。部分的你拒绝金钱，而部分的你则为缺乏金钱而怨憎。喏，宇宙不知道该怎么

办，因为宇宙接收到你的两种不同的思维。所以你的财运时好时差，因为你对金钱时喜时厌。

你并没有坚定的立场，你不确定你的哪个想法才是真实的。宇宙只是台巨大的复印机。它制造的无非是许多你的思维的复印件而已。

改变的方法唯有一种。你必须改变你的金钱思维。

我怎么能够改变我的思考 方式呢？我的思考方式就是我思考的方式。我的思维、我的态度、我的观念并非短时间内形成的。我想它们必定是多年的经验、毕生的遭遇的后果。关于我的金钱思维，你说对了，但我如何才能改变它呢？

这也许是本书中最有意思的问题。对于绝大多数人来说，普通的创造方法是一个涉及到思维、话语和行为或行动的三步过程。

首先是思维；成形的观念，最初的概念。然后是话语。大多数思维最终将它们自身转换为话语，话语通常是被写下的或者被说出的。这赋予思维附加的能量，将其推向世界，引起别人的关注。

最后，话语有时候会被付诸行动，到时你们就会拥有你们所谓的后果，某种完全始于思维的物质世界的现象。

人造世界中围绕着你们的一切都是以这种方式——或者其他大同小异的方式——被创造出来的。创造的三种核心要素都被派上了用场。

但现在问题在于：如何改变诱发思维呢？

是的，这是个非常好的问题。也是个非常重要的问题。因为人类如果不改变他们的某些诱发思维，就将会死无葬身之地。

改变根基思维或者诱发观念的最快捷方法是颠倒思维-话语-行动的过程 。

请你解释。

采取你想要拥有的新思维所指涉的行动。然后说出你想要拥有的新思维所指涉的话语。经常这么做，做得足够多之后，你将会训练头脑以新的方式思考 。

训练头脑？那不就是精神控制吗？那不就是洗脑吗？

你以为你头脑中现在拥有的这些思维是从哪里来的？难道你还不明白你现在的观念是世界灌输给你的吗？你的头脑由你来控制难道不比由世界来操控好太多了吗？

去思考你想要思考的思维难道不比去思考别人的思维好得多吗？拥有创造性的思维难道不比拥有反射性的思维好得多吗？

然而你的头脑充塞着反射性的思维——来自别人的经验的思维。在你的思维中，源自你自我制造的资料很少，源自你自我制造的偏好就更少啦。

你关于金钱的根基思维便是最主要的例证。你的金钱思维（金钱是坏的）直接有悖于你的经验（有钱真是太好啦！）。所以你不得不搪塞和欺骗你自己，说你的经验是错误的，这样才能维护你的根基思维。

这种思维在你头脑中根深蒂固，你从来没有想过，你的金钱观念也许是不准确的 。

所以我们现在的当务之急是弄到一些自我制造的资料。这样我们就能够改变根基思维，使它变成你的根基思维，而不是别人的。

顺便告诉你吧，关于金钱，你的根基思维还有另外一个，这我刚才没提到。

那是什么？

那就是不够多。实际上，对于一切，你都有这个根基思维。世界上的钱不够多，时间不够多，爱情不够多，食物、水和同情不够

多……总之好东西统统不够多 。

人类特有的这种“不够”意识创造和反复创造了你如今看到的这个世界。

好吧，那么我有两个关于金钱的根基思维——诱发思维——有待改变。

至少两个啊。也许还不止。让我们来数数。金钱是恶的……金钱是稀缺的……从事神的工作也许得不到金钱回报（这是你最大的根基思维）……没有不劳而获的金钱……金钱不会从天上掉下来（实际上，它会）……金钱使人堕落。

看来我要做的事情还不少呢。

是的，如果你不高兴你的金钱状况的话，那确实是。另外，关键是要理解你不高兴你的金钱状况，是因为 你不高兴你的金钱状况。

有时候你说话很深奥哦。

有时候你显得很笨哦。

喂，在这里你可是神。你为什么不说得更为通俗易懂呢？

我已经说得够通俗易懂啦。

如果你真的想要我理解的话，你为什么不干脆促成我理解呢？

我真正想要的，就是你真正想要的——不多不少正正好。难道你不明白那是我赐予你的最佳礼物吗？如果我想要你拥有某些你不想拥有的东西，乃至促成你去拥有它，那么你的自由选择在哪里呢？如果我勒令你必须成为什么人，做什么事，拥有什么东西，你怎么算得上是创造性的生灵呢？我的欢乐在于你的自由，并不在于你的服从。

好吧。你刚才说，我不高兴我的金钱状况，是因为 我不高兴我的金钱状况，你这话是什么意思呢？

你认为你是什么，你就是什么。如果你这个思维是负面的，那就会形成恶性循环。你必须找到办法来打破这个循环。

你目前的经验绝大部分建基于你从前的思维。思维导向经验，经验导向思维，思维导向经验。如果诱发思维是欢乐的，那么它能产生永无止境的欢乐。如果诱发思维是痛苦的，那么它能够而且确实产生持续不断的痛苦。

诀窍在于改变诱发思维。我准备向你展示怎样才能做得到。

好啊。

谢谢你。

首先是颠倒思维-话语-行动的模式。你记得那句“三思而后行”的谚语吗？

记得。

嗯，忘了它吧。如果你想要改变根基思维，你必须先行而后思。

例如：你正沿着某条街道走动，遇到有位老太太向你索要硬币。你意识到她是个度日如年的乞丐。你立刻认识到，你身上虽然没有多少钱，但终归可以分点给她。你最初的冲动是给她一些零钱。部分的你甚至已经准备伸进口袋，去摸那几张小额钞票——给她一张一块的，甚至是一张五块的。管他娘的，让她高兴吧。让她振奋起来。

接着，思维出现了。什么？你疯了吗？我们今天只有七块钱可以用来过日子！你居然想给她五块？所以你开始犹豫是不是要掏出一块的那张。

思维又来了：喂，喂，走吧。你又没多少钱，怎么可以乱给呢！天哪，给她几个硬币就好啦，我们快走吧。

你很快伸手进别的口袋，想要掏出几个硬币。你的手指只摸到五分和一角的硬币。你觉得很尴尬。你自己丰衣足食，在这里怎么好意

思只给这个一无所有的可怜女人分币和毫币呢。

你匆忙地想要找到一两个二毫五分的硬币。哦，有一个，藏在口袋深处。但这个时候你已经微笑着从她身旁走过，再走回去已经太迟啦。她什么都没得到。你也什么都没得到。现在你并没有体会到富足和分享带来的欢乐，而是觉得自己像那女人一样可怜。

你为什么不爽快地给她那张钞票呢 ！那是你最初的冲动，但你的思维拦住了你。

下次记得先行而后思。把钱给掉。给出去！你已经有钱了，而且会有更多的钱。这是唯一区分你和那个乞讨老太太的思维。你非常清楚会有更多的钱，而她并不知道。

当你想改变某个根基思维，请根据你拥有的新观念去行动。但你的行动必须要快，否则你的头脑将会在你认识到那个观念之前就将其杀死。我是说真的。那个观念，那个新的真相，将会在你尚未有机会认识它之前就死去 。

所以当机会来临，请抓紧行动，如果你足够经常地这么做，你的头脑会很快获得那个观念。它将会变成你的新思维。

哦，我刚想起来一件事！新思维运动提倡的不就是这个吗？

就算不是也应该是。新思维是你唯一的机会。它是你唯一的真正机会，让你能够向你的真实身份进化和增长，能够让你获得你的真实身份。

此刻你的头脑充塞着陈旧思维。这些思维不仅陈旧，而且绝大多数来自别人。是时候改变你的某些思维 啦。这是至关重要的。这就是进化的一切含义。

# Chapter 12

我为什么不能去做我在生活中真正想做的事情，而又能解决生计问题呢？

什么？你是说你真的想要你的生活充满乐趣 ，同时还能赚到养命钱吗？老兄，你 这是在做梦！

什么？……

跟你开玩笑啦——只是猜猜你心里的想法而已。你知道吗，这是你 一贯的想法。

这是我一贯的经验。

是的。好啦，这个话题我们已经谈论过许多次。有些人通过从事他们热爱的工作谋生，他们坚持从事他们热爱的工作。他们绝不放弃。他们永不屈服。他们断定生活不敢不让他们从事他们热爱的工作。

但还有个因素也应该被提及，因为绝大多数人在理解终生事业时忽略了这个因素。

那是什么？

存在和行在是有区别的，绝大多数人侧重于后者。

他们不该如此吗？

问题不在于“应该”或者“不该”。只在于你选择了什么，以及你如何才能得到你的选择。如果你选择的是和平、欢乐和爱，那么你借由你所行之事得到的将寥寥无几。如果你选择的是幸福和知足，那么你于行在的道路上所能找到的将微乎其微。如果你选择的是与神的团聚、最高的认识、深深的理解、无尽的慈悲、完整的意识和绝对的满

足，那么你通过你所行之事获取的将屈指可数。

换句话说，如果你选择的是进化 ——你的灵魂的进化，那么你将无法通过你的身体的世俗活动来得到你的选择。

行在 是身体的功能。存在 是灵魂的功能。身体总是在行某些事 。它无时无刻不在做某些事 。它从不停止，永不休息，持续不断地在行某些事。

它所行之事，要么符合灵魂的旨意，要么违背灵魂的命令。你的生活的质量便依据这两种情况而定。

灵魂是永远的存在 。它是自在的存在，不随身体之行而改变，不因身体之行而存在。

假如你认为你的生活目标在于行在，那么你便无法理解你的目标。

你的灵魂并不关心你行什么事 来谋生——等到你的生命结束时，你亦将不会关心。你的灵魂只关心行事时的你的存在，无论你行的是什么事。

灵魂追求的是存在的状态，不是行在的状态。

灵魂想要成为什么呢？

我。

你？

是的，我。你的灵魂 就是我，它认识到这一点。它所行之事，皆是为了经验 到这一点。而它所忆起的是，拥有这种经验的最佳办法是别做任何事 。别去做，而去成为。

成为什么呢？

你想成为什么就成为什么。快乐。悲伤。孱弱。强壮。欢欣。怨恨。明察。盲目。善。恶。雄。雌。随便你 。

我是说真的。随便你 。

这太深奥啦，但和我的职业有什么关系呢？我想找到的是一种通过从事我喜爱的工作来维生、来活下去、来养活我自己和我的家人的方法。

争取成为你想要成为的。

这是什么意思呢？

有些人赚了许多钱，其他人则两手空空——而他们做的是同样的事情 。是什么造成这种区别呢？

有些人的技艺比其他人精熟。

这是第一个例子。现在我们再来看第二个例子。现在我们要谈论的是两个技艺同等精熟的人。这两个人都是大学毕业，成绩都名列前茅，都理解他们所从事的工作的本质，都知道如何游刃有余地使用他们的工具——然而仍有个过得好，有个过得差，有个腰缠万贯，有个穷困潦倒。那是什么缘故呢？

地点。

地点？

曾经有人告诉我，要开始经营新的生意，需要考虑的因素只有三个——地点、地点、地点。

也就是说，不是“你想要做什么”，而是“你想要在哪里”。

正是如此。

这也好像回答了我的问题。灵魂只关注你要去的地方是哪里。

你要去的是一个叫做怕的地方，还是一个叫做爱的地方呢？当你遭遇生活的时候，你是在 哪里呢？你又来自 哪里呢？

喏，说到那两个水平相当的工人，其中有个获得成功，另外那个则没有，原因不在于他们都做了些什么，而在于他们的性格。

前者在她的工作中是豁达的、友好的、热情的、乐于助人的、体贴入微的、活泼自信的，甚至是欢乐的；而后者在她做事的时候则是封闭的、客套的、冷淡的、漠不关心的、暴躁易怒的，甚至是怨憎的。

现在假定你要选择的是更为高尚的存在状态，假定你要选择的是善、同情、悲悯、理解、仁恕和爱，假定你要选择的是神性，那么你将会经验到什么呢？

我告诉你吧：

存在吸引存在，而且制造经验。

你来这个星球并非为了给你的身体制造什么东西。你来这个星球是为了给你的灵魂制造某些东西。你的身体仅仅是你的灵魂的工具。你的精神是令身体运作的动力。所以你在这里拥有的是一件强大的工具，你要用这件工具去创造，去满足灵魂的欲望。

灵魂的欲望是什么呢？

这你都不知道啊？

我不知道啊，我在问你呢。

我不知道啊，我在问你呢。

这样问来问去永远得不到答案。

是啊。

等等！刚才你说过，灵魂想要成为你。

是这样的。

那么，那 就是灵魂的欲望啦。

从最广泛的意义上来说，是的。但它想要成为的这个我非常复杂，有非常多的维度、非常多的感觉、非常多的面相。我的面相有百万个。十亿个。千亿个。你明白吗？它们是污秽和高尚、小和大、空洞和圣洁、邪恶和神圣。你明白吗？

是的，是的，我明白……还有上与下、左与右、此与彼、前与后、善与恶……

确凿无误。我是起点和终点。这不仅仅是一句妙语或善言。这是表达了真相的句子。

所以，既然想要成为我，灵魂要完成的任务极其艰巨，它必须去选择那些难以计数的存在状态。这也是它此刻正在做的事情。

选择存在的状态吗？

是的——然后制造各种合适而完美的条件，并在其中创造对那种存在状态的经验。正因为如此，你所遭遇的事以及你所做的事，没有一件是不符合你的最高利益的。

你是说我所有的经验，不仅包括我所做的事，也包括发生在我身上的事，全都是由我的灵魂创造出来的吗？

毋宁说灵魂引领你找到合适而完美的机会，让你能够分毫不差地经验到你早就计划好要经验的东西。你在现实中经验到的东西取决于你。它要么是你早就计划好要经验的东西，要么是别的东西，依据你的选择而定。

我为什么会选择某些我不希望经验的东西呢？

我不知道啊。你为什么会呢？

你是说有时候灵魂想要某件东西，而身体或者精神想要其他东西吗？

你说呢？

但身体或者精神怎么能够压倒灵魂呢？灵魂不总是得到它想要得到的东西吗？

从最广泛的意义上来说，你的灵魂寻求的是那个光辉的时刻，到那时候，你将会有意识地察觉到它的各种欲望，并且欢乐地与这些欲望合而为一。但灵魂永远、永远不会将它的欲望强加于你当前的身体或精神。

圣父不会将其意志强加于圣子。那么做将会违背他的本性，所以那是绝不可能的。

圣子不会将其意志强加于圣灵。那么做将会违背他的本性，所以那是绝不可能的。

圣灵不会将其意志强加于你的灵魂。那么做将会违背圣灵的本性，所以那是绝不可能的。

这些绝不可能到这里就结束了。精神常常试图将其意志强加给身体——而且如愿以偿。同样地，身体往往试图控制精神——而且通常获得成功。

然而身体和精神联合起来丝毫不能控制灵魂——因为灵魂完全没有需要（身体和精神就不同啦，它们有太多的需要），所以总是任由身体和精神为所欲为。

实际上，灵魂不会采取其他方法——原因在于，如果这个化身为你的实体想要创造从而认识它的真实身份，它必须做出有意识的抉择，而非只是无意识地服从。

服从不是创造，因而永远不能产生救赎。

服从是反应，而创造是纯粹的选择，不受任何控制的选择，不应任何要求的选择。

纯粹的选择通过纯粹地创造出此刻的最高观念而产生救赎。

灵魂的功能是指出 其欲望，而非强加 其欲望。

精神的功能是从其各种选项中做出选择 。

身体的功能是执行 精神做出的选择。

当身体、精神与灵魂和谐地、整齐地共同进行创造时，神就会化为肉身。

到时灵魂就能够在它自己的经验中认识其自身。

到时天堂将会欢腾。

现在，就在此刻，你的灵魂再次创造了机会，让你能够成为你需要成为的人，让你能够做你需要去做的事，让你能够拥有你需要去拥有的东西，之后你将会认识到你的真实身份。

你的灵魂已经引领你看到你此刻正在阅读的文字——正如它曾经引领你看到那些包含了智慧和真相的文字那样。

现在你将会做些什么事呢？你将会选择成为什么人呢？

你的灵魂兴致勃勃地等待着，观察着，正如它曾经许多次做过的那样。

你的意思是，我选择的存在状态决定了我在尘世是否成功（我仍然想要谈论我的职业），我可以这样理解吗？

我不关心你在尘世是否成功，只有你才关心。

其实如果你经过很长的时间而达到某种存在的状态，你在尘世所做的事情想不获得成功都难。然而你要担心的并非“过日子”。真正的大师是那些选择过生活而非过日子的人。

某些存在状态确实能够让你得到极其富足、完满、美妙和珍贵的生活，乃至你将不会再关心尘世的美好和尘世的成功。

生活的悖谬之处在于，一旦你不再关心尘世的美好和尘世的成功，它们对你来说反而变得唾手可得。

请记住，你无法拥有你想要的东西，但是你可以经验你拥有的任何东西。

我无法拥有我想要的东西？

是的。

你说过了，在我们的对话刚开始不久的时候。可我还是不明白。我以为你一直在跟我说我能够拥有任何 想要的东西。你说过“只要你想，只要你相信，我便会满足你的心愿”之类的话。

这两者之间并不自相矛盾。

是吗？我觉得它们很矛盾啊。

那是因为你尚未觉悟。

好吧，我承认。所以我才要跟你对话啊。

我愿意向你解释。你无法拥有你想要的任何东西。想要某样东西这个行动本身让这样东西离你而去，我在第一章就说过了。

嗯，可能你早就说过，但是我被你说的话搞糊涂啦。

尽量去理解吧。接下来我会详细备至地重述一遍。你要争取融会贯通。让我们回到你确实能理解的那个道理：思维是创造性的，对

吧？

对的。

话语是创造性的，明白吗？

明白。

行动是创造性的。思维、话语和行动是创造的三个层面。还能理解吗？

能啊。

很好。现在让我们来谈论“尘世的成功”，因为这是你一直在谈论、在追问的话题。

太好了。

喏，你真的有“我想要尘世的成功”这个思维吗？

有时候是的。

你有时候也有“我想要更多的钱”这个思维吧？

是的。

所以你既得不到尘世的成功，也得不到更多的钱。

为什么得不到 啊？

因为宇宙没有其他选择，唯有将你关于它的观念直接呈现给你 。

你的思维是“我想要尘世的成功”。你明白的，思维的创造力量极其灵验。你的话语便是它的命令。你明白吗？

那我为什么不能拥有更多的成功呢？

我说过，你的话语是它的命令。现在你的话语是，“我想要成

功”。宇宙说：“好啊，那你要吧。”

我还是不太能理解。

那你这么想吧。“我”这个字是启动创造之引擎的钥匙。“我是”这两个字的动力是极其强劲的。它们是对宇宙的宣言。是对宇宙的命令。

只要是“我”这个字（它能召来伟大的我）后面跟着的，不论是什么，必定会在物质实在中显现。

因此“我”加上“想要成功”产生的结果是你缺乏成功。“我”加上“想要金钱”产生的后果是你缺乏金钱。这无法产生其他后果，因为思维和话语是创造性的。行动也是创造性的。如果你在行动中也表现出你想要成功和金钱，那么你的思维、话语和行动便取得一致，你必定会拥有这种匮乏的经验。

你明白了吗？

明白！我的神啊——事实真的如此吗？

当然啦！你是个非常强大的创造者 。现在假定你曾有过某个思维，或者做过某个声明，只是偶尔一次，比如说在愤怒或沮丧的时候，那么你不太可能会把这些思维或者话语转变为现实。所以你无须担心“去死吧！”或者“见鬼去！”，或者其他你有时想到或说出的不那么好的事。

那要谢谢神啦。

别客气。但是，如果你重复某个思维，或者反复地说出某句话——不只是一次两次，而是几十次、上百成千次——你知道那样的创造性力量有多大吗？

思维和话语被反复表达之后，就会被表达出来。也就是说，被推出来。它会在外在世界中实现。它会变成你的物质实在。

那真悲惨。

那正是经常出现的结果——悲惨。你们热爱悲惨，你们热爱这戏剧人生。你们的生活必定是悲惨的，除非你们不再这么热爱。等你们进化到一定程度，你们将不再热爱这戏剧人生，不再热爱你们一直在经历的“故事”。到时你们就会决定——主动地选择——去改变它。只不过大多数人不知道该怎么去改变。现在你知道啦。要改变你的现实，只要停止那么想就可以了 。

就我们谈论的话题而言，你不要想“我想要成功”，而是要想“我拥有成功”。

我觉得这像是在说谎。我要是说出那句话，那就是在跟自己开玩笑了。我的头脑会大叫：“你在胡说什么啊！”

那么换个你能够接受　的思维。“我就要成功啦”，或者“我必定会成功”。

看来这是新时代教派的宣言式练习所蕴含的诀窍。

如果宣言只是声明你想要什么成为现实，那么它们是不会奏效的。唯有当宣言声明的是某种你已经认识到的现实情况时，它们才会奏效。

最佳的所谓宣言是表达感激和谢意的声明。“谢谢你，神，谢谢你给我的生活带来成功。”这个　观念，在被思维、说出和付诸行动之后，将会产生神奇的结果——前提是它来自真正的认识，不是来自想要产生结果的尝试，而是来自认识到结果已经被制造出来的意识。

耶稣就有这种清醒的意识。施行每个奇迹之前，他都会预先感谢我。他从来没有想过不要心怀感激，因为他从来没有想过他的宣言不会变成现实。他从来不曾有过这种想法 。

他非常清楚 他的身份和他与我的关系，所以他的所有思维、话语和行动都反映了他的意识——正如你的思维、话语和行动也都反映了

你的意识……

如果生活中有某样你选择来经验的东西，别“想要”它——去选择它。

你不是想选择尘世的成功吗？你不是想选择更多的金钱吗？很好。选择　它吧。真心地去选择。完整地去选择。别三心二意地去选择。

然而当你发展到一定阶段，如果你不再关心“尘世的成功”，请你不要惊讶。

这句话是什么意思呢？

每个灵魂的进化都会达到某个时刻，到时最受到关注的不再是物质身体的生存，而是灵魂的增长，不再是尘世的成功的获得，而是自我的实现。

从某种意义上来讲，这是个非常危险的时刻，尤其是在起初，因为寄居于身体中的实体现在认识到它无非是身体中的存在，而非身体的存在。

到了这个阶段，在这个逐渐增长的实体达到这种意义上的成熟之前，通常会出现一种不再以任何方式关心身体的事务。灵魂十分兴奋它终于要被“发现”了！

精神放弃了身体，以及所有与身体有关的事务。一切都被忽略。各种关系被搁置。家庭消失了。工作变得无关紧要。账单也不付了。身体本身甚至很长时间没有进食。现在这个实体的全部注意力都对准了灵魂，和灵魂的事务。

这可能使得该存在的日常生活出现很大的个人危机，尽管精神感受不到任何创伤。它将会沉醉在极乐之中。其他人会说你精神错乱，失去了精神——而从某种意义上来说，你确实如此。

发现生活与身体无关这个真相可能创造出另一种失衡。原来实体在行动中表现得仿佛身体就是一切，可是现在它在行动中表现得身体根本并不重要。这当然也是失实的——实体很快（有时候会很痛苦）地忆起这一点。

你是三合一的存在，由身体、精神和灵魂构成。你永远是三合一的存在，而不仅仅当你生活在地球上时才是。

有人认为死亡时身体和精神被遗弃。身体和精神并没有被遗弃。身体改变了形状，遗弃了它最累赘的部分，但永远保留它的外壳。精神（别与大脑混淆）也随你而去，联合灵魂和身体，变成三维的或者三相的能量块。

假如你选择继续经验这种你称为地球上的生活的机会，你的神圣自我将会再次将其真实的维度分解成你所谓的身体、精神和灵魂。实际上你是一种能量，但是有三种不同的属性。

当你开始在地球上寄居于新的物质身体，你的虚体（这是某些人的叫法）降低它的振动频次，将它自身的振动由快得看也看不清的频率降低到能够产生物质的频率。这种实在的物质是由纯粹的思维创造出来的——是由你的精神、由你那三合一的存在中较高的精神面相创造出来的。

这种物质是百千万亿兆个不同的能量单位凝聚而成的巨块——由你的精神所控制……你真是个精神控制大师！

由于这些细微的能量单位已经散发出它们的能量，于是它们遭到身体的抛弃，而精神同时又创造出新的能量单位。这是由精神利用它关于你的真实身份的持续思维而创造出来的！可以这么说，虚体“捕捉”到这个思维，并降低了更多能量单位的振动频次（从某种意义上来说，就是将它们“固化”），于是这些能量单位变成了物质，变成了你的新物质。你身体的每个细胞每隔几年就会通过这种方式进行改变。你和几年前的你确实不是同一个人 。

如果你出现了有关疾病（或者持续的愤怒、憎恨和各种负面因素）的思维，身体将会把这些思维转化为物质的形式。人们将会看见这种负面的、病态的形式，他们将会说："这是什么物质？"他们不会知道他们的问题有多么切中肯綮。

灵魂年复一年、月复一月、日复一日、时时刻刻观察着这整出戏剧的上演，它永远记得你的真实身份。它永不忘记那张蓝图，那原初的计划，那最早的观念，那创造性的思维。它的任务是提醒你，让你可以再次忆起你的身份，然后选择你现在的理想身份。

创造与经验、想象与落实、认识未知与成为未知就以这种方式永远地、无尽地循环往复。

真的啊！

是的，就是这样。对了，有待解释的还有很多。太多了。多得用一本书讲不完——甚至用一辈子也可能讲不完。然而你已经开始，这很好。只要记住这句话。这句话是你们的伟大教师莎士比亚说过的："天上人间的事，赫拉修，比你的哲学所能梦想到的多得多。"

我能问你几个这方面的问题吗？比如，你说死亡之后，精神随我而去，这意味着我的"人格"跟随着我吗？到了阴间我会知道我曾经有过的身份吗？

会的……到时你会记得你有过 的所有身份。到时你将会全都想起来——因为在那个时候，想起来对你有好处。可是现在，在此刻，想起来对你没有好处。

至于今生，到时会不会有"账簿"，会不会算账？

你所谓的阴间没有评判。甚至你也不被允许评判你自己（因为你在今生对你自己太过挑剔和苛刻，你必定会给你自己很低的分数）。

不会的，到时不会有账簿，不会有人对你表示赞赏或者指责。唯有人类才喜欢评判，而且因为你们喜欢，你们认为我也必定喜欢。然

而我并不喜欢——而这是你们不能接受的伟大真相。

可是呢，阴间虽然没有评判，但有机会让你回顾你在今生一切有过的思维、说过的话、做过的事，然后根据你的身份和你的理想身份，去决定那是否是你愿意再次选择的。

东方有种神秘的教派叫做伽摩教，根据其教义，在死亡的时候，我们每个人都有机会重新经验有过的每个思维、说过的每句话语，做过的每个行动，但不是站在我们的立场，而是站在所有受影响的其他人的立场。也就是说，我们业已 经验过我们 从前思考、说话、行动时的感受，现在我们要经验的是其他人 在所有这些时刻的感受，而且我们正是通过这种 方法来决定是否将要再次去想、去说和去做这些事情。你有什么看法呢？

你在今生之后的生活神奇得无法在这里用你能理解的言语来进行阐述——因为那种经验发生在其他维度，并且真的不能用话语这种受到极大限制的工具来予以描绘。可以告诉你的是，你将有机会重新审视你现在的这种生活，到时你将不会有痛苦，不会感到害怕，也不会遭到审判，你将会确定你对在这里的经验有什么感受，并且决定你将要从那里去往什么地方。

你们之中有许多人将会决定回到这里，回来这个固体和相对的世界，以便能够有其他机会去经验你们在这个层次上对你们的自我所做的决定和选择。

而其他少数人将会带着不同的使命回来。你们将会重新变成固体和物质，为的是实现灵魂的目标：带领其他灵魂摆脱 固体和物质。在地球上，在你们之间，总有那些已经做出这种选择的人。你能一眼就把他们认出来。他们的工作已经完成。他们回到地球的用意仅仅是帮助别人。这是他们的欢乐。这是他们的欣喜。他们别无所求，只想服务别人。

你不可能错过这些人。他们到处都是。他们的人数比你想象的要多。你很可能就认识或者听说过这样的人。

我是这样的人吗？

不是。如果你不得不问，那么你就知道你不是这样的人。这样的人从来不提问题。他们没有什么要问的。

我的孩子，你在今生是信使。是先知。是传道者，真相追随者，通常也是真相传播者。这已经够你忙一辈子啦。快乐点吧。

我确实很快乐啊。但我总是希望能够更加快乐！

是的！你会的！你总是希望更加快乐！这是你的本性。永远追求更加快乐是神圣的本性。

所以，去追求吧，用各种各样的方法去追求。

现在我想直截了当地回答我们开始这段对话时你提出的问题。

尽管去做你真正热爱的事情！别做其他事情！你的时间太少了。你怎么会想到要浪费时间做某些你不喜欢的事情来谋生呢？那算什么谋生啊？那 不叫谋生，那是谋死 ！

如果你说，“可是，可是……我有其他人需要照顾……有几张嘴要吃饭……有个依赖我的配偶……”我将会回答：如果你顽固地认为你的生活只跟身体正在做的事情有关，那么你就尚未理解你来到这里的原因。反正去做些令你高兴的事情吧，去做些表明你的身份的事情。

然后你至少能够不再对那些你认为阻碍你得到欢乐的人感到怨恨和愤怒。

你的身体正在做的事情不应受到贬低。那是重要的。然而其重要性却与你想象的不同。身体行动的初衷是成为某种存在状态的反映，而非成为获得某种存在状态的尝试。

在事物的真正秩序之中，人们不会为了感到 快乐而去做某件事——人们感到 快乐，于是去做某件事。人们不会为了拥有 同情心而

去做某些事，人们有了同情心，于是采取特定的行动。对于高度清醒的人来说，灵魂的决定先于身体的行动。唯有糊涂的人才会试图通过身体正在做的事情来制造灵魂的状态。

这就是“你的生活与你的身体正在做的事情无关”那句话的含义。然而，你的身体正在做的事情确实反映了你的生活的本质。

这也是神圣的二元论。

可是，就算你别的什么都不懂，也千万要明白这个道理：

你有权利 快乐，不管你是否有孩子，是否有配偶。去追求快乐！去找到快乐！到时你将会拥有欢乐的家庭，不管你赚没赚到很多钱。如果你的家人并不感到快乐，如果他们离你而去，那么怀着爱让他们走，让他们去追求他们的快乐。

从另一方面来说，如果你已经进化到再也不关心身体的事情的境界，那么你甚至能够更加自由地去追求你的快乐——人世也将会变成天堂。神说感到快乐 是好事——是的，甚至在工作中感到快乐 也是好事。

你的生活任务是声明你的身份。如果某件事不符合你的身份，你为什么要去做呢？

你以为你必须做吗？

没有什么事情是你必须做的。

如果你的身份是“一个不惜任何代价、甚至不惜牺牲他自己的幸福来养家糊口的男人”，那么热爱你的工作吧，因为它有助于你在现实中创造出关于你的自我的声明 。

如果你的身份是“一个为了承担她眼里的责任而从事她所厌恶的工作的女人”，那么热爱、热爱、热爱你的工作吧，因为它完全符合你的自我形象，你的自我观念。

所有人都能够热爱任何事情，只要他们明白他们在做的是什么事，以及为什么要做那些事。

没有人会做任何他不想做的事情。

# Chapter 13

我要怎样才能解决那些我遇到的健康问题呢？我前三辈子饱受许多慢性疾病的折磨。这些疾病为什么在今生 还不消失呢？

首先，让我们来搞清楚一件事。你爱它们。反正你爱大多数疾病。你曾经出色地利用它们来获得自怜的感觉和别人的关注。

只有在极少数情况下你才不爱它们，那只是因为它们已经变得太严重。比你创造它们时所设想的要严重得多。

现在让我们来谈论一个你或许已经认识的道理：所有疾病都是自我创造的。现在连最传统的医生也明白人们是如何导致他们自己患上疾病的 。

绝大多数人无意识地这么做。（他们甚至不知道他们在干什么。）所以当他们生病的时候，他们不知道怎么回事。他们觉得疾病是某种落在他们身上的东西，而非某种他们自己创造出来的东西。

这种情况之所以会出现，是因为绝大多数人在生活中的行动——不仅仅限于健康的问题及后果——是无意识的。

人们吸烟，却奇怪他们为何会患上癌症。

人们吃下动物和脂肪，却奇怪他们的血管为何会变窄。

人们终生怒气冲天，却奇怪他们为何会得心脏病。

人们争强好胜——无情地打压对手，背负巨大的压力——却奇怪他们为何会中风。

较为隐晦的真相是，绝大多数人的死是他们自己的忧虑引起的。

忧虑差不多是最糟糕的精神活动——仅次于怨恨，怨恨会给自我

造成极大的破坏。忧虑是毫无意义的。它是被浪费的精神能量。它还会创造伤害身体的生化反应，制造种种病痛，小至消化不良，大至心肌梗塞，以及其他许多不大不小的疾病。

只要忧虑 终结，健康几乎马上就会得到改善。

忧虑是精神在不理解它和我的关系的情况下才有的活动。

怨恨是破坏力最厉害的精神状况。它毒害身体，而且它的效应是真正无法逆转的。

怕是你的本质的对立面，所以它会对你的精神健康和身体健康造成否定性的影响。怕是被放大的忧虑。

忧虑、怨恨、怕——再加上它们的各种变体：烦恼、痛苦、焦躁、贪婪、刻薄、挑剔和仇恨——统统在细胞层面上袭击身体。在这些精神状况之下，拥有健康的身体是不可能的。

自大、自恋和自私也同样——虽然程度较低——会导致身体疾病，或者令人不自在 。

所有的疾病首先都是在精神中被创造出来的。

那怎么可能呢？那些受到别人传染的情况又怎么解释呢？比如说感冒或者艾滋病？

你生活中发生的每件事情起初都只是一个思维。思维就像磁铁，将各种效应吸向你。思维并不总是像“我就要染上可怕的疾病”这么明显，这么一目了然地表明原因。思维可能（通常）比这个微妙得多。（我没脸活了！）（我的生活总是很糟糕。）（我是失败者。）（神将会惩罚我。）（我憎恶和厌倦了我的生活！）

思维是非常微妙然而又极其强大的能量形式。话语则是较不微妙、较为固定的能量形式。行动是三者中最为固定的能量形式。行动是以笨重的物质形式出现并处在笨拙的运动过程中的能量。当你思

考、说出和执行某个否定性的概念，比如“我是失败者”，你便释放出极大的创造性能量。你最终只得了感冒倒是奇迹。那是最轻微的后果啦。

否定性的思维若是进入物质的形式，那么它们造成的后果就很难逆转。并非不可能，但是非常困难。那要依靠怀着极度坚定的信心的行动。那需要异常坚定地相信宇宙的正面力量——也就是你们所谓的神、女神、第一推动者、首要力量或者第一动因等等。

神医就有这样的信仰。那是跨进了绝对认识的信仰。那些神医认识到你在如今的这一刻　本应是完整的、完美的。这种认识也是思维——非常强大的思维。它的力量足以挪动山丘，移动你体内的分子就更不在话下啦。所以神医能够妙手回春，即使他们与病人隔着遥远的距离。

思维不受距离限制。思维能够在瞬间周游世界，踏遍寰宇。

“只要你说出那句话，我的仆人就将会痊愈。”恰好在那一刻，甚至在那句话被说完之前，仆人果然痊愈了。这就是那个百夫长的信仰。

然而你们全都患了精神的麻风病。你们的精神遭到否定性思维的蚕食。其中有些来自他人，但大多数确实是你们自己凭空杜撰——捏造——出来的，你们拥有这些思维的时间可达几小时、几天、几周、几月——甚至几年。

……而你们奇怪你们为何会生病。

通过解决你们思维中的问题，你们可以，用你的话来说，“解决某些健康问题”。是的，你们能够治愈某些你们已经获得（给你们自己带来）的病情，也可以预防病情加重出现的新问题。你们只需要改变你们的思维便可做到这一点。

还有——我讨厌提出这个建议，因为神说这样的话未免太俗气了，但是——看在神的分上，好好照顾你自己 。

你总是糟践你的身体，对其不理不睬，直到你怀疑它就要出毛病。实际上你根本就没有采取预防性的维护措施。你把你的轿车照顾得比你的身体还要好——这可不是在胡说八道。

你非但没有通过常规检查、每年一次全身体检来预防大病，没有按时服用医生所开的药物（你去找医生帮忙，却又不用她开的药，你去找她干什么呢？你能回答我这个问题吗？）而且你还极其错误地对待你的身体，在没去看医生的时候什么也不做！

你没有锻炼身体，所以它变得越来越松弛 ，而且更糟糕的是，由于缺乏被使用而变得虚弱。

你没有适当地为身体提供营养，所以它变得更加虚弱。

然后你还用各种毒素、毒品和披着食物外衣的最荒谬的物质来喂它。尽管如此，它仍为你转动，这台神奇的机器依然吃力地前进，勇敢地迎着这种正面的攻击向前冲。

太可怕了。你要求你的身体在其中生存的环境太可怕了。但你不愿意去改变那种环境。你将会读到这本书，后悔莫及地点头表示同意，然而又继续虐待你的身体。你知道为什么吗？

我不敢问呢。

因为你没有生活的意愿 。

这好像是很严厉的控诉。

这既不严厉，也不是控诉。“严厉”是个相对的词汇，是你们施加于词汇的判断。“控诉”指涉的是犯罪，“犯罪”指涉的是错误的行为。这里并没有涉及到错误的行为，所以没有犯罪，也没有控诉。

我只是说出了真相。与所有说出真相的句子相同，这个句子也有唤醒你的性质。有些人并不喜欢被叫醒。绝大多数人不喜欢。绝大多数人宁愿沉睡。

这个世界之所以会是如今这种境况，是因为这个世界充满了梦游者。

至于我说的那句话，哪点听起来是虚假的呢？你没有生活的意愿。至少你到目前为止还没有。

假如你跟我说你刚才已经“顿悟”，我将会重新评估我对你现在想要做什么的预言。我承认我的预言是建立在以往经验的基础之上的。

……我说这句话的初衷也是为了唤醒你。有时候，当某个人睡得特别沉，你不得不轻轻地摇晃他才能把他叫醒。

我曾看到你过去没有生活的意愿。现在你也许会予以否认，但这次你的行动打败了你的话语。

如果你在生活中曾经点燃一根香烟——更别说你曾有二十年每天抽一包——你便没有生活的意愿。你并不关心你的行为给身体造成什么影响。

但是我十年前就戒 烟了！

你是在对你的身体实施了二十年的酷刑之后才戒的！

如果你曾经让酒精进入你的身体，你便没有生活的意愿。

我喝酒很适量的。

身体不是用来吸收酒精的。酒精会损害精神。

但耶稣 也喝酒啊！他去参加婚礼，把白水变成了美酒！

谁说耶稣完美无缺了？

天哪，你怎么可以这么说。

喂，你生我的气了吗？

不是啦，我才不敢生神的气 呢。我的意思是，那样未免也太放肆了，对吧？但我想我们在这个话题上扯得太远了。我的父亲跟我说过：“凡事适可而止。”我想关于喝酒，我还是要适量地喝的。

身体可以较为轻易地从中等程度的虐待中康复。所以你父亲说的那句话是有用的。不过呢，我还是原来那句话：身体不是用来吸收酒精的。

可是甚至某些药物也含有酒精！

我不去管你们所谓的药物。我还是坚持我的观点。

你真是顽固，对吧？

喂，真相就是真相。如果有人说“喝点酒不会伤害你”，考虑到你现在所过的生活，我将会不得不同意这句话。这不会改变我刚才说的真相。这只会让你忽略它。

然而你想想这个。当前，你们人类身体的使用期通常在五十年到八十年之间。有些更长一些，但不是很多。有些在更短的时间内报废，但不算太多。你能同意我的看法吧？

能，这个没问题。

好啊，那么我们的讨论拥有很好的起点啦。刚才我说我能同意“喝点酒不会伤害你”这句话时，我补充了“考虑到你现在所过的生活” 这个条件。你知道吗，你们人类似乎很满意 你们现在所过的生活。但是生活，你知道了也许会很吃惊，本应以截然不同的方式度过。而你们身体的设计使用期要比现在长久得多 。

真的吗？

是的。

那是多长久呢？

无限长久。

什么意思？

我的孩子，这话的意思是，你们的身体是被设计好要永远使用的。

永远？

是啊。比永远更久远。

你是说我们不会死亡吗？

你们确实不会死亡 。生命是永恒的。你们是长生的。你们确实不会死亡。你们只是改变了形式。其实你们连形式也不用改。决定要改的是你们，不是我。我让你们的身体能够永久地存在。你真的认为神的本事，我的本事，只能够让人类的身体使用六七十年，也许八十年就报废吗？你以为我就这么点能力吗？

我从来没有这么想过，真的……

我设计你们的奇妙身体，是为了让它永远存在！最初，你们确实没有痛苦地生活在你们的身体之内，也从不怕你们现在所谓的死亡。

在你们的宗教神学中，你们将你们关于最早这些人类的分子记忆象征化，称他们为亚当和夏娃。实际上，最初那批人类当然不只两个人。

我原本的观念是，让你们这些神奇的灵魂拥有机会，能够通过肉身在相对的世界里获得的经验，认识到你们的自我便是你们的真实身份——这是我在本书中已经反复地解释过的。

落实这个观念的办法是，降低所有振动（思维形式）的快得难以言喻的速度，从而制造出物质——包括你们称为肉身的物质。

在你们现在称为数十亿年的瞬间，生命通过一系列步骤完成了进

化。在这个神圣的时刻，你们从海洋——也就是生命之水——走出来，登上了陆地，并变成你们现在拥有的形状。

原来那些进化主义者是对的 ！

我觉得你们人类真是太搞笑了，总是有这种把所有事物划分为对和错的需要，实际上，你们这种做法给我带来了持续不断的乐趣。你们从来没想过，你们贴这些标签 ，只是为了便于你们定义物质——以及你们的自我。

你们从来没想过（除了少数聪明绝顶的人），事物可能既是对的也是错的，唯有在相对的世界里事物才非此即彼。在绝对的世界里，在时间 - 无时间的世界里，所有事物都是一切事物 。

那里没有雌与雄，那里没有前与后，那里没有快与慢、此与彼、上与下、左与右——也没有对与错。

你们的航天员和宇航员已经对此有所察觉。他们原本以为他们乘坐火箭朝上 冲向外太空，结果却发现，当到了外太空之后，他们正在朝上望着地球 。或者并非如此？也许他们正在朝下望着地球！可是太阳在哪里呢？上？下？不对！太阳在那里，在左边。所以，事物突然间既不在上，也不在下——它在旁边 ……所有的定义随之消失了。

我的世界（我们的世界 ）、我的真实领域里面的情况亦是如此。所有定义统统消失，使得我们甚至很难用定义性的语言来谈论这个领域。

宗教是你们想要说出这个不可说的领域的尝试。它并没有非常好地完成任务。

不是的，我的孩子，那些进化主义者并不对。我创造出所有这些，所有这些，只用了眨眼的瞬间，神圣的刹那，正如那些创世论者所说的。而……其中经历的进化过程则耗费了数以十亿计的你们称之为年的时间单位，正如那些进化主义者所宣称的。

这两类人都“对”。如同宇航员所发现的，这仅仅取决于你如何看待它 。

但真正的问题是：神圣的刹那或数十亿年——区别何在？你们就不能承认有些生命的问题太过神秘，甚至连你们也无法解决吗？为什么不认为那些神秘现象是神圣的现象呢？为什么不让神圣成为神圣，别去碰它呢？

我想我们所有人都有难以满足的、非得去认识的需要。

但你们已经认识了！我刚才告诉过你！然而你们不想认识真相，你们想认识的是你们理解中的 真相。这是最大的障碍，使你们无法到达光明境界。你们以为你们已经认识真相！你们以为你们已经理解它是怎么回事。所以每当看到、听到或读到一切符合你们的理解模式的东西，你们就表示赞同，并拒绝一切不符合你们的理解模式的东西。你们将其称为学习。你们将其称为虚心接受教育。呜呼，只要拒不接纳你们自己的真相之外的一切，你们便不可能虚心接受教育。

因此，某些人将会说这本书是对神的亵渎——是魔鬼的作品。

然而有些人愿意聆听，那就让他们听吧。我告诉你们吧：你们原本永远不会死亡。 你们被创造出来的肉身具有极大的适用性和神奇的实用性，它是光荣的载体，让你们能够经验你们用你们的精神所创造的实在，让你们能够认识你们在你们的灵魂中所创造的自我。

灵魂构思，精神创造，身体经验。三者循环不息。灵魂于是在它的经验中认识到其自身。如果它确实不喜欢它现有的经验（感觉），或者想要得到别的经验，不管出于什么理由，那么它就会构思出一种关于自我的新经验，改变它的精神 。

很快，身体发现其自身处于新的经验。（“我是复活和生命”便是这个道理的非凡例证。你们认为耶稣是怎样复活的呢？或者你们根本不相信复活 这回事？相信 它，它就会发生 ！）

但要说明的是：灵魂永远不会强迫身体或精神。我将你们制造成

三位一体的存在。你们是一体中的三个存在，是依照我的形象和模样而被制造出来的。

自我的这三重属性绝没有高低之分。每个属性都有其功能，没有哪个功能比其他的更强大，也没有哪个功能优先于其他功能。全部处在完全平等的相互关系之中。

构思-创造-经验。你创造你所构思的，你经验你所创造的，你构思你所经验的。

所以我之前才会说，如果你能够让你的身体经验到某样东西（比如说富裕），你的灵魂很快将会拥有对这样东西的感觉，灵魂的感觉将会以新的方式来构思这样东西本身（也就是说，富裕），从而将关于这件东西的新思维呈现给你的精神。将会有更多的经验由这个新思维涌现而出，身体于是生活在新的实在之中，把新的实在当成永恒的存在状态。

你的身体、精神和灵魂是一体的。就此而言，你是具体而微的我——神圣的万物、圣洁的一切、总体与实质。现在你能明白我为何是万物的起源和终结，是起点和终点。

现在我愿意向你解释那个终极的秘密：你们和我的确凿而真实的关系。

你们是我的身体。

你们的身体与你们的精神和灵魂之间有什么样的关系，你们与我的精神和灵魂之间就有什么样的关系。因此：

一切我所经验的，皆是通过你们而得以经验。

你们的身体、精神和灵魂是一体，我的亦是如此。

所以当拿撒勒的耶稣（懂得这个秘密的人有很多，他是其中的一个）说“我和圣父是一体”时，他说的是万古不移的真相。

现在我愿意告诉你，终有一天，你将会认识到比这个真相还要伟大的真相。因为尽管你们是我的身体，我也是他者的身体。

你是说你并非神 吗？

不是，我是神，我是你们现在所理解的神。我是你们现在所理解的女神。我是你们现在所认识和经验的一切的构思者和创造者，你们是我的孩子……可是我也是他者的孩子。

你想要告诉我的是即使神也有神吗？

我想要告诉你的是，你们对终极实在的认知远比你们想象得到的狭隘，而真相远比你们能够想象得到的广大。

我现在给你的是对无限——和无限之爱——的微乎其微的一瞥。（在你的实在里，你无法看到更多。你只能看到这么多。）

且慢！你是说我现在并非 真的在与神交谈吗？

我跟你说过，如果你认为神是你的创造者和主人，如同你是你自己的身体的创造者和主人那样，那么我就是你所理解的神。而且是的，你正在和我交谈。这是一次愉快的对话，是吧？

先别管是否愉快，我以为和我交谈的是真正的神。诸神之神。你明白的——也就是地位最高的家伙，最大的大佬。

是这样的。相信我。是这样的。

可是你又说在这个事物的等级框架中还有地位比你更高的。

我们现在试图要完成的是那不可能的任务，要说出的是那不可言说的现象。正如我说过的，这是宗教所致力的事情。我看我能不能找个办法来扼要地告诉你。

永远比你们认识到的更久远。永恒比永远更久远。神比你们想象到的更多。神是 你们称为想象力的能量。神是 创造。神是 最初的思

维。神是 最后的经验。神是 这两者之间的万物。

你是否曾经用高倍显微镜或者通过电影观察分子运动，然后说："天哪，这里有整个 宇宙呢。相对于那个宇宙，我这个此刻的旁观者简直就是神！"你是否曾经那么说过，或者有过那种经验？

是的，我觉得每个会思考的人都有过吧。

确实如此。你已经让你自己看到我在这里向你展示的景象。

如果我告诉你，你已经让你自己看到的这个实在永无止境 ，你又会怎么想呢？

请解释。我愿求你解释。

就以宇宙中你能想到的最小的东西为例。请你想象这颗微乎其微的粒子。

好的。

现在把它切成两半。

好的。

你得到什么？

两小半。

对的。现在把它们从中切开。现在得到什么？

四个更小 的一半。

对。再切，再切下去。剩下的是什么？

小了又小的粒子。

是的。但它何时停止 呢？你要把物质切开多少次它才会消失呢？

我不知道。我想它永远不会消失吧。

你是说你无法彻底地毁灭 它咯？你只能改变它的形状咯？

是这样的。

我告诉你吧：你刚才学到了所有生命的秘密，而且见识到了无限。

现在我有个问题要问你。

好吧……

你怎么会认为无限只能是单向的？

那么……朝上没有终点，朝下也不会有。

宇宙间不存在 上或者下，但我能理解你的意思。

但是如果小没有止境，那么大也没有。

正确。

但是如果大没有止境，那么就没有最大。也就是说，从最大的意义上来说，宇宙间并没有神！

也许吧——宇宙的万物皆是神，没有别的东西。

我告诉你吧：我就是我。

而你就是你 。你无法不是你。你可以随心所欲地改变形状，但你无法不成为你。然而你能够认识不到 你的身份——你要是认识不到你的身份，就只能经验到它的一半 。

那将是地狱。

正是如此。然而你并没有被永远地囚禁在地狱里。你并没有被永

远放逐在地狱里。只要重新认识，就能走出地狱，走出这种不认识。

有许多方法和许多地方（维度）可以供你这么做。

你现在就处于这些维度中的一个。在你们的理解当中，它被称为三维世界。

还有许多其他世界吗？

难道我没跟你说过在我的国度有许多大厦吗？如果情况并非如此，我不会跟你这么说。

这么说地狱真的并不存在啦。我的意思是，没有哪个地方或者维度是我们被永远禁锢其中的！

要那样的地方来干什么呢？

然而你们总是为你们的认识所限制，因为你们——我们——是自我创造的存在。

你不可能成为你尚未认识到你的自我可以成为的东西。

所以你被赐予了这种生活，以便你可以通过你自己的经验来认识你自己。然后你才能够构思出你自己的真正身份，并在你的经验中依照你的真实身份创造出你自己——就这样循环不息，而你将会变得越来越出色。

你正处于这种成长的过程——或者如我在这整本书中所说的，处于变身 的过程。

你想变成什么是不受限制 的。

你的意思是，我可以变成——我不太好意思说——神……就像你这样吗？

你说呢？

我不知道。

除非你知道，否则你变不了。请记住那个三角形——那神圣的三位一体：灵魂-精神-身体。构思-创造-经验。请用你们的象征法来记住：

圣灵＝灵感＝构思

圣父＝生产＝创造

圣子＝产物＝经验

圣子经验的是圣父的思维的创造，而圣父的思维则是由圣灵构思出来的。

你能构思你自己有一天会变成神吗？

能吧，在我最大胆的时刻。

那很好，因为我要告诉你：你已经是神。你只是不知道这一点而已。

难道我没说过“你就是神”吗？

# Chapter 14

好啦，我已经向你解释了它的一切。生命。它的运作方式。它的理由和目标。还有什么需要我解答的吗？

我没有什么想问的了。我对这次难以置信的对话充满了感激。它真是包罗万象。回头去看我最早提出的那些问题，我发现我们已经解决了前五个，它们分别和生活、关系、金钱、职业和健康有关。原本我还列出了其他问题，这你也知道的，但不知道怎么回事，已经进行的讨论使得那些问题变得无足轻重。

是的。不过呢，你问都问了。让我们快速地逐一回答它们吧。我们很快就要看完这份资料啦……

什么资料？

我带来这里给你看的资料啊——现在我们很快就要看完这份资料，赶紧把剩下的问题拿出来解决掉吧。

6.我来到人世要学习的业力功课是什么？我将要掌握些什么呢？

你在人世没有需要学习的东西。没有什么可供你学习。你只需要忆起。也就是说，只需要重新成为我。

你将要掌握些什么呢？你将要掌握的是掌握本身 。

7.有转世这回事吗？我曾经有过多少次生命？在那些生命里我都是什么？真的有“业债”吗？

很难相信仍然有人对此有疑问。我觉得真是难以想象。有许多完全可靠的人叙说过前生的经验。其中有些人还详细得令人吃惊地描绘了前生发生过的各种事件，这些绝对可信的资料足以消除所有怀疑，它们绝不可能是被捏造或者杜撰出来欺骗研究人员或者爱人的。

你曾有过647次生命，因为你非要得到准确的数字，所以我就告诉你。这是你第648次生命。在前生你曾是一切。国王、皇后、奴隶。教师、学生、大师。男性、女性。斗士、和平主义者。英雄、懦夫。杀人凶手、救命义士。智者、傻瓜。你曾是所有这些！

没有，没有业债这回事——你的问题里提到的那种业债并不存在。债是某种必须或者应该偿还的东西。而你没有义务去做任何事 。

尽管如此，仍有些事情是你想要去做，想要选择去经验的。而这些选择里面有的源自你以往的经验，你对这些选择的欲望是由以往的经验创造的。

这是话语对你称为业的这种东西所能做出的最佳描绘。

如果业是想要变得更优秀和更出色、想要进化和成长、想要把以往的事件和经验作为衡量的标尺的内在欲望，那么是的，业确实存在。

但是业并无任何要求。 从不提出任何要求。你和过去相同，永远是能够自由选择的存在。

8.我偶尔会有非常强烈的通灵感。通灵这回事真的存在吗？我是通灵者吗？那些自称通灵的人是在“跟魔鬼勾结”吗？

是的，通灵确实存在。你就是 通灵者。每个人 都是通灵者。没有人不具备你所谓的通灵能力，只不过有些人不去利用它而已。

利用通灵能力无非就是利用你的第六感。

显然，这不算“跟魔鬼勾结”，否则我就不会赐予你们这种感官。当然，也没有魔鬼可以让你们去勾结。

将来——也许是在第二卷——我会详细地向你解释通灵能量和通灵能力的使用方法。

会有第二卷啊？

是的。但让我们先结束这一卷。

9.做好事可以收钱吗？如果我选择在人世间从事治病救人的工作，也就是神的工作，我能变得非常有钱吗？或者这两者是互不兼容的？

这个问题我已经回答过。

10.性爱是好的吗？告诉我吧——这种人类经验背后的真正意义是什么？性爱如同某些宗教所说，纯粹是为了生儿育女吗？通过否定或者转化性能量真的能够达到神圣或者光明的境界吗？没有爱可以性交吗？可以单纯为了身体的快感而性交吗？

性爱当然是“好”的啦。再说，如果我不想你们去玩某种游戏，我就不会给你们那些玩具。你会给你的孩子你不想要他们玩的东西吗？

用性爱去玩 吧。用它去玩 吧！它是非常 好玩的。嗯，性爱简直是你用你的身体所能得到 的最大乐趣，如果你单纯就物质经验而论的话。

但是千万别通过滥用性爱来破坏性爱的纯真，破坏这种娱乐活动的欢愉与纯洁。别用性爱来谋取权力或达到不可告人的目的，别用性爱来满足虚荣心或者控制别人，别怀着任何目的来使用性爱，除非你们追求的是付出和分享最纯粹的快乐（亦即爱与被重新创造的爱）和最崇高的欣悦（亦即新的生命）！难道我没有选择一种美妙的方法来制造更多的你们 吗？

至于否定，前面我已经说过了。通过否定不能获得任何神圣的东西。然而，等你们认识到更大的实在，你们的欲望 将会改变。所以，如果有人对性活动，或者其他各种身体活动，没有什么欲望，甚至根本就没有欲望，那也不足为奇。对于某些人来说，灵魂的活动是最重要的，远比身体的活动更为愉快。

各行其是，别做评判——你们应把这八字真言当成座右铭。

你最后那个问题的答案是这样的：你无需为任何事情找理由。只要找到动因就够了。

找到你的经验的动因。

记住，经验产生自我的观念，观念产生创造，创造产生经验。

你想要经验到你自己是个没有爱而性交的人吗？如果是的话，你尽管去滥交吧！你可以那么做，直到你不想再继续为止。唯一能够改变你这种（或者任何）行为的事物是你新出现的关于你的身份的想法。

事情就是这么简单，这么复杂。

11.假如我们必须离性爱越远越好，那你为什么还要创造出如此美好、如此神奇、如此强大的人类经验呢？怎么会这样呢？说到这个，为什么所有好玩的事情不是“违背道德，就是有悖法律，或者有害健康”呢？

我刚才所说的，其实也是对最后这个问题的回答。所有好玩的事情都不违背道德，也不有悖法律，更不会有害健康。不过你们的生活是一次有趣的练习，不停地定义什么是好玩的事情。

对某些人来说，“好玩”意味着身体的快感。对于其他人来说，“好玩”的含义也许全然不同。这完全取决于你们如何看待你们自己，以及你们在这里做的事情。

性爱是说不完道不尽的——但没有什么比下面这句话更重要的：性爱即欢乐，而你们许多人偏偏将性爱变成欢乐之外的任何东西。

性爱也是神圣的——是的。但欢乐和神圣的确有共通之处（实际上，它们的本质是相同的），而你们许多人并不这么认为。

从你们对待性爱的态度，可以窥见你们对待生活的态度。生活原本是欢乐，是喜庆，可是它却变成一种怕、焦虑、“不够”、妒忌、愤

怒和悲哀的经验。性爱的情况亦是如此。

你们压制性爱，正如你们压制生活，而不是通过自如和快乐地享受性爱去完整地表达自我。

你们羞辱性爱，正如你们羞辱生活，你们称性爱是邪恶的，而不是把它当作最好的礼物和最大的欢愉。

在辩称你没有羞辱生活之前，先来看看你们对生活的集体态度。世界上五分之四的人认为生活是审判，是磨难，是考验，是必须偿还的业债，是有许多惨痛教训要吸取的学校，总而言之，是饱受折磨却又等待着死后真正 的欢乐的经验。

你们之中有许多人如此看待 生活，这已经够可耻的了。所以你们羞辱创造生命的行动本身倒没什么值得奇怪的。

伴随性爱的能量就是伴随生命的能量，那就是生命！那种相互吸引的感受，那种想要相互靠近、相互结合的强烈而且往往很迫切的欲望，是所有生物的重要活力。我将其灌输给万物。它是内生的、固有的，内在于 太极的。

你们围绕性爱（以及爱情和一切生活）建立了许多道德规范、宗教戒条、社会禁忌和情感传统，这些实际上使得你们无法去庆祝你们的存在 。

自有时间伊始，所有人想要的就是爱和被爱。自有时间伊始，人类却竭尽所能，使得自身不可能去爱和被爱。性爱是对爱——对别人的爱，对自己的爱，对生活 的爱——的非凡表达。因此你们要爱它！（你们确实爱——只是不敢告诉别人而已；你们不敢展现你们有多爱它 ，否则你们就会被称为变态。然而这种观念才是变态的 。）

在我们的下本书里面，我们将会更加详细地讨论性爱；更加细致地探讨它的动力，因为性爱是具有国际性影响的经验和议题。

目前，你个人只要明白这个道理就好：我赐予你们的一切均不可

耻，你们的身体及其功能更不可耻。没有必要隐藏你们的身体或者其功能——也没有必要隐藏你们对它们、以及彼此之间的爱。

你们的电视节目毫无顾忌地展示赤裸裸的暴力，却不敢展示赤裸裸的爱。你们整个社会也都有这种倾向。

12.其他星球上有生命吗？曾经有外星人来过地球吗？我们现在正遭到外星人的监视吗？在有生之年，我们是否能够看到外星生物的证据，那些确凿无疑、不容反驳的证据？各种生命形式都有其自身的神吗？你是万物之神吗？

第一个问题，是的。第二个问题，是的。第三个问题，是的。我不能回答第四个问题，因为那将迫使我预测未来——这是我不愿做的事情。

然而，我们将会在第二卷里讨论这种叫做未来的事情——我们也将会在第三卷里讨论外星生物和神的本质。

我的神啊，还会有第三卷啊？

我来把计划列在这里。

第一卷涵括各种基本的真相、主要的意义，以及谈论各种重要的个人事务和问题。

第二卷涵括更为深刻的真相、更为宏大的意义，以及谈论国际事务和问题。

第三卷涵括你们现在所能理解的最大真相，以及谈论宇宙的事务和问题——各种宇宙的所有生灵正在处理的问题。

我知道了。这是命令吗？

不是。如果你还这么问，那么你就尚未读懂这本书。

这份工作是你选择 的——而你也是被 选择的。事情就是如此。

你明白吗？

明白。

13.乌托邦会在地球上出现吗？神会履行他的诺言，现身给地球人吗？有“基督重临”这回事吗？世界会终结吗？《圣经》预言的世界末日是真的吗？有没有真正的宗教？如果有的话，是哪个呢？

这些问题的答案足够写一本书，而且将会占据第三卷的大量篇幅。我想让这第一卷只讨论更多个人的事务，更多实际的问题。我将会在后续的卷册中探讨具有全球和宇宙意义的各种问题和事务。

真的吗？我们暂时只谈这么多吗？我们不再聊下去了吗？

你舍不得我啊？

是啊！这次对话很好玩！我们现在要结束啦？

你需要休息片刻。你的读者也需要休息片刻。本书有许多需要去吸收，有许多需要努力去理解，有许多需要去深思。休息一阵吧。然后再思考这本书。再沉思书中的道理。

别感到孤单。我永远与你同在。如果你有问题，日常的问题——我知道你现在就有，以后也将继续会有——你可以呼求我来进行回答。你不需要这本书的形式。

这并非我对你说话的唯一方式。请在你灵魂的真相中聆听我。请在你精神的安静处聆听我。

请聆听我，在一切地方。每当你有问题，千万要 认识到我已经予以回答。然后睁开你的眼睛去看你的世界。我的回答可能存在于已经发表的文章。存在于已经写下并正要宣读的布道文章。存在于摄制之中的电影。存在于昨天才写就的歌曲。存在于爱人将要说出的话语。存在于即将结识的新朋友的心。

我的真相存在于风声的低吟，存在于溪水的潺潺，存在于雷霆的

霹雳，存在于雨水的嘀嗒。

它是泥土的质感、百合的芬芳、太阳的温暖、月亮的引力。

我的真相是你有需要时最可依仗的帮助，它如夜空般美丽，如婴儿的笑声般单纯、清楚和可靠。

它洪亮如同剧烈的心跳，安静如同天人合一时的呼吸。

我将不会离开你，我无法离开你，因为你是我的造物和我的产物，我的女儿和我的儿子，我的目标和我的……

自我。

因此，如果你感到心烦意乱，不论你在何地，不论是在何时，请呼唤我。

我将会出现。

带着真相。

和光明。

及爱。

# 致谢

首先，我最想指出本书的一切来源是生活的一切，以及生活本身。

其次，我想要感谢我的灵魂导师，他们包括了所有宗教的圣徒和智者。

第三，我非常清楚地知道，我们所有人都能列出一张名单，名单上的人曾经对我们的生活造成的影响极其有意义和极其深远，乃至我们无法对其进行分类或者描述；这些人与我们分享他们的智慧，把他们的真相说给我们听，以他们无尽的耐心容忍我们的毛病和怪僻，并且忽略所有这些缺陷，只看到我们身上最好的优点。这些人在接纳我们的同时，也拒绝接受我们的某些部分，他们知道我们并没有真正去选择这些部分，从而促使我们成长，促使我们从某种意义上变得越来越优秀。

对我来说，这些人除了我的父母之外，还包括萨曼莎·戈尔斯基、塔拉-珍妮尔·沃尔什、韦恩·戴维斯、布赖恩·沃尔什、玛莎·莱特、已故的小本·威尔斯、罗兰·钱伯斯、丹·希吉斯、伯瑞·卡特二世、艾伦·莫耶、安妮·布莱克威尔、道恩·但星·弗瑞、埃德·克勒、莱曼·格里斯沃尔德、伊丽莎白·库伯勒-罗斯，以及亲爱的泰丽·科尔-惠特克。

我想把我从前的几位伴侣也归入这个群体，我愿意尊重她们的隐私，在此不去点出她们的名字，但我由衷地珍惜和感激她们对我的生活所做出的贡献。

就在我心中为所有这些神奇的人馈赠给我的礼物而充满感恩的时候，我特别温暖地想到我的助手、配偶和伙伴，南希·弗莱明·沃尔什，她是个拥有非凡的智慧、悲悯和爱心的女人，她已经让我明白，我对人类关系的最高思维未必是白日梦，而可以是成真的美梦。

第四，也是最后，我想要承认的是，有些人虽然与我素昧平生，但他们的生活和作品对我具有极大的影响，乃至此刻我不得不感谢他们曾经给我带来的精神愉悦、对人世的睿见和纯粹而简单的生活感知力（这个词组是我生造的！）。

当别人让你品尝到真实生活的美好时，你知道你会有什么感受吗？对于我来说，这些人绝大多数是创造艺术家或者表演艺术家，因为我正是从艺术中获得灵感，正是在艺术中度过反思的时光，正是在艺术中找到了被表现得最完美的神。

所以我想感谢……约翰·丹佛，他的歌曲触及我的灵魂，让它对未来的生活充满了新的希望；理查德·巴赫，他的作品贴近我的生活，仿佛是我亲笔所写，描绘了许多我也曾有过的经验；芭芭拉·史翠珊，她的导演、表演和音乐技艺反反复复地抓住我的心，让它去感受生活的真相，而不仅仅是去认识它；还有已故的罗伯特·海因莱因，他那栩栩如生的文学以其他人不敢想象的方式提出了各种问题并给出了答案。

尼尔·唐纳德·沃尔什

与神对话

产品经理 | 赵海萍
封面设计 | 董歆昱
Kindle电子书制作 | 李元沛
出品人 | 吴畏

# 目录

前言
Chapter 01
Chapter 02
Chapter 03
Chapter 04
Chapter 05
Chapter 06
Chapter 07
Chapter 08
Chapter 09
Chapter 10
Chapter 11
Chapter 12
Chapter 13
Chapter 14
Chapter 15
Chapter 16
Chapter 17
Chapter 18
Chapter 19
Chapter 20
致谢

# 与神对话 2

[美]尼尔·唐纳德·沃尔什 著
李继宏 译
江西人民出版社

图书在版编目（ＣＩＰ）数据
与神对话. 2 / (美) 沃尔什著 ; 李继宏译. -- 南昌 : 江西人民出版社,
2015.6
ISBN 978-7-210-07426-7
I. ①与… II. ①沃… ②李… III. ①人生观 - 通俗读物 IV. ①B821-49
中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第126609号

江西省版权局著作权合同登记：图字14-2015-152
Copyright 1997, 2012, and 2014 by Neale Donald Walsch through
Andrew Nurnberg Associates International Limited

与神对话. 2
尼尔·唐纳德·沃尔什 /著
责任编辑/王华
出版发行/江西人民出版社
印刷/北京鹏润伟业印刷有限公司
版次/2015年7月第1版
2015年7月第1次印刷
开本/ 880毫米×1230毫米 1/32 印张10.5
字数/ 260千字
书号/ ISBN 978-7-210-07426-7
定价/ 52.00元

**赣版权登字—01—2015—410**
版权所有 侵权必究

献给

萨曼莎

塔拉-珍妮尔

尼古拉斯

特拉维斯

卡鲁斯

特里斯坦

德凡

达斯汀

狄兰

你们给我的馈赠，远远多于

我送你们的礼物。

从前我不是我想要成为的父亲。

但是且慢。我们彼此的往来尚未结束。

我们的关系仍有发展的余地。

# 前言

我们生活的世界变得和以前不同了。事情不再是这本书最早出版时那个样子。然而，书中没有哪个字是过时的。事实正好相反。这本书在今天仍然是超前的。可以肯定的是，它和现实的相关性比以前更强。

已经有数以十万计的读者看过这本书，他们使它登上了《纽约时报》畅销书排行榜。这些读者说，在《与神对话》三部曲里面，这本书肯定是最具争议性的。《与神对话》第一卷探讨的是个人生活，也处理了许多与此相关的问题。而这本书谈论的则是这个星球上的集体生活，触及许多全球议题，深入地探索了各种和人类共同体的群体经验有关的主题。它的出现恰逢其时。

过去几年来发生了许多事情：极其残暴的塔利班政府在阿富汗兴起又衰落；以色列和巴勒斯坦在中东地区的冲突仍在延续，而且似乎永无止境；恐怖主义活动在世界各地频频出现，美国在2001年9月11日遭受了袭击；美国军队入侵了伊拉克，至今余波未息。所有这些无不表明，我们人类已经到达了可持续发展的最边缘。总之，我们不能继续这样下去。

我们不能继续用“恃强凌弱”而非“相帮互助”的方式来创造我们的集体经验，我们不能继续这种方式来解决问题和终结冲突，因为它会不可避免地促使我们将施暴和杀戮作为手段。我们不能继续这么做，因为我们根本不是在解决问题或者终结冲突，我们只是在延续它们，或者顶多是在推迟它们的出现。

我们迟早必须提出这个基本问题：是什么让我们不断地回到这个地方？为何在这么多年之后，在这数千年之后，人类依然找不到和平地、和谐地共处的诀窍？

这本非凡的书给出了某些令人震惊的答案。它提供了某些大胆的

选项。它提出的众多观点极具说服力，将会动摇许多人的信仰；这些观点足以引领全人类走出它的噩梦，最终走进它的美梦。

阅读这本书需要的是开放的心态。我知道，这并非总是轻而易举就能做到的。要拥有开放的心态，我们不得不说服我们自己，在遇到和我们先前对事物的看法完全相悖、和我们的信念彻底相左的思想时，我们不要去排斥它。我们不得不自愿逐一忽略各个使我们感到恼火或者困惑的观点，去看这种思想总体上是否有足够的价值来促使我们重新审视以前的假设。

让我来告诉你们某件事情。我们已经被迫重新审视我们以前有关神和生活的假设。迫使我们这么做的，不是像图书这么和善的东西，而是各种恐怖的人类事件，以及那些搞破坏的、愤怒的、残暴的肇事者。

人类的进程将会改变，这点我可以向你们保证。唯一的问题是，这种进程改变到底是胁迫的结果，还是抱着开放的心态去共同探索的结果。我们需要找到其他共存共生的方式。很明显，我们现在的方式是无效的。它是不起作用的。这本书为开放的讨论提供了一个基础。就算它的某些结论令人震撼，那也有助于震松我们当前的病态观念。实际上，这正是这次对话的初衷。

所以这本书绝不会沉闷乏味。要完整地理解《与神对话》系列图书中蕴含的信息，绝对不能缺少它。你们也许会发现你们自己同意它，或者强烈地反对它，或者强烈地同意它的某个观点，同时强烈地反对它的另一个观点。这很好。好的阅读应该是这样的。好的对话也应该是这样的。我希望这将会成为你们与神的对话，也将会成为你们彼此之间的对话。

请你们阅读这本书，然后用你们所了解的最佳方法向神求证，并彼此谈论这本书的内容。也请讨论我们的世界——此书中提到的世界。问神你们要怎样才能改变我们的世界，才能让人性摆脱在我们的日常生活中无处不见的狭隘和自私、愤怒和暴力。我与神的对话就写在这本书里，如果它能够促使你们去开始你们自己和神的对话，那么

它的使命就全都完成了。

已经有人说过（也许带着愤怒），我并没有与神进行对话，我自称与神对话是对神的亵渎和背叛；将来会有更多的人这么说。由于这些人狂热地相信他们说的这句话，他们诅咒这本书。然而诅咒任何与现行的观念相悖的思想，并不会使我们的觉悟和成长得到扩张，只会缩小我们的眼界，使我们拥有的对策和本来就很有限的选择变得更少，而我们面临的困难和问题正在迅猛地增长。

面对明天的困境，也许我们不能使用昨天的方法，而是要敢于思考从前不敢思考的，说出从前不敢说出的，尝试从前没想到要尝试的。

本书通篇都在邀请我们那么做。只那么做。现在，在本书完稿十年之后，我们也更加愿意勇敢地去那么做。

尼尔·唐纳德·沃尔什
阿什兰市，俄勒冈州
2003年4月

# Chapter 01

谢谢你来。谢谢你来到这里。

是的，你是依约而来，但你也可以不出现的。你可以决定别来。然而你来了，在约定的时刻，到约定的地方，让这本书落到你手里。所以谢谢你。

如果你现在是无意识地这么做，不知道自己在干什么，为什么来到这里，那么你也许会有点困惑，也许需要一点解释。

首先我想让你知道的是，这本书是在正确而且完美的时间来到你的生活。你目前也许不知道，但当你完成这次阅读体验时，你将会确信无疑。世间万事发生的次序都是完美的，这本书在你生活中的出现也不例外。

这里有你长久以来一直在寻找、一直在渴望的东西。这里能让你实实在在地与神发生最新的——对于许多人来说，也许是最初的——接触。

这是与神的接触，而且是非常真实的接触。

神即将与你展开一场真实的对话，通过我。几年前我不会说出这句话，现在我说出来，是因为我已经有过一次这样的对话，所以我知道这种事情是有可能的。它不仅有可能发生，而且一直在发生。此时此地就正在发生这样的事情。

你要明白的重要道理是，你部分地造成了这件事的发生，就如你促使这本书在此时落到你手里。生活中的各种事件都是我们造成的，我们和伟大的造物主共同创造了促成那些事件的每一个因素。

我第一次代表你与神交谈的经验发生在1992年到1993年。当时我写了一封愤怒的信给神，质问我的生活为何总是不断在挣扎和失败

中往复。对生活中的一切，从恋爱、工作、我和子女的交往到我的健康，真的是生活中的一切，我经验到的只有挣扎和失败。我写信给神，想要知道原因——以及如何才能在生活中获得成功。

让我震惊的是，那封信得到回应。

它是怎样得到回应，以及那些回应是什么，被写进了1995年出版的《与神对话》第一卷。也许你已经听说过这本书，甚至已经看过。如果是这样的话，本书的序言你就没必要往下看了。

如果你尚不熟悉第一本书，我希望你很快去看，因为第一卷详细地解释了这件事情是怎么发生的，也回答了许多和我们的个人生活有关的问题——关于金钱、爱、性、神、健康与疾病、饮食、人际关系、“正确的工作”和日常生活的其他许多方面的问题，本书将不会再予以回答。

如果现在神愿意赐给世人一样礼物，我希望那是第一卷的信息。实际上（“甚至在你们要求之前，我便已赐予。”），神已经将它送给我们。

所以我希望在看完本书之后（甚至也许在尚未看完的时候），你将会选择阅读第一卷。这完全跟选择有关，同样地，让你在此刻看到这些字词的是纯粹的选择。创造出你有过的一切经验的也是纯粹的选择。（第一本书解释了“纯粹的选择”这个概念。）

第二卷开头这几段文字是在1996年3月写下的，目的是简短地介绍随后的信息。和第一卷的情况相同，这些信息“到来”的过程及其简单。我在空白的纸张上写下问题，各种各样的问题，通常是我提笔时才想到的，问题被写下之后不久，答案就会在我头脑里出现，仿佛有人在我耳边低声说出来。我只是在做笔录而已！

除了开头这几段文字，本书所有内容都是从1993年春天到第二年的春末夏初之间被记录在纸上的。现在我想把它依照它呈现给我的面貌原原本本地呈献给你……

今天是1993年的复活节，我依照吩咐，来到这里。我在这里，手里拿着铅笔，面前摆着纸张，准备开始。

我想我应该告诉你，我在这里是神要求的。我们有约定。我们要在今天开始第二卷，神、我和你正在共同经验的三部曲中的第二部。

现在我尚不清楚这本书将会说些什么，甚至也不清楚我们将会谈及哪些话题。这是因为我头脑里对这本书没有计划。不可能有。决定这本书内容的不是我。而是神。

1992年的复活节，也就是去年的今天，神开始与我对话。我知道这听起来很荒唐，但确实如此。不久之前，那次对话结束了。我得到吩咐，神要我稍事休息……但也告诉我，我有个“约定”，要在今天回来继续这次对话。

你也有个约定。如今你正在履约。我很清楚这本书不仅是写给我看的，也是通过我写给你看的。很明显，你长久以来不停地寻找神，寻找来自神的话语。我也是如此。

今天我们将要结伴寻找神。那向来是寻找神的最好方法。结伴。我们无法孤立地找到神，也将找不到孤立的神。我的意思是，只要我们是分离的，我们就将无法找到神。因为若想发现神与我们不是分离的，我们首先必须发现我们彼此之间不是分离的，在认识和意识到我们所有人是一体之前，我们无法认识和意识到我们和神是一体。

神从不曾与我们分离，只不过我们以为我们与神是分离的而已。

这是常见的错误。我们还认为我们彼此之间是分离的。所以我发现，“找到神”的最快办法就是找到彼此。别再彼此隐瞒。当然，也别再隐瞒自己。

停止隐瞒的最快方法是说出真相。对每个人。在所有时刻。

现在就开始说出真相，永别停止。首先，向你自己说出关于你自己的真相。其次，向你自己说出关于他人的真相。再次，向他人说出关于你自己的真相。然后，向他人说出关于他人的真相。最后，向所有人说出关于所有事物的真相。

这是说出真相的五个层次。这是通往自由的五阶之路。真相必将使你得到自由。

这本书说的都是真相。不是我的真相，而是神的真相。

我们——神与我——最初的对话刚在一个月前结束。我想这次应该跟上次一样。也就是说，我提问，神回答。我想我要停下来，开始向神发问了。

神啊——是这样的吗？

是的。

我是这样想的。

不过在这本书里，无须你来提问，我将会亲自发起一些话题。我在第一本书里并没有经常这么做，这你也知道的。

是的。你这次为什么要改变做法呢？

因为这本书是应我的要求而写的。我要求你来——正如你刚才指出的。第一本书是由你自己发起的。

对第一本书，你有自己的想法。而对这本书，你没有想法，只是依照我的意愿去做。

是的，是这样的。

尼尔啊，依照我的意愿行事是很好的。我希望你——还有其他人——常常这么做。

但我认为你的意愿就是我的意愿。如果你的意愿跟我的相同，我怎么会不依照它去行事呢？

这是个微妙的问题——也是个不坏的起点，我们大家可以由此开始这次对话。

让我们来看看你刚才说的话。我可没说过我的意愿就是你的意愿。

哪里啊，你说过的！在上本书里，你非常确凿地对我说："你的意愿就是我的意愿。"

是的——但那不是一回事。

不是吗？你别愚弄我啦。

我说"你的意愿就是我的意愿"，那并不等于说我的意愿就是你的意愿。

如果你一直依照我的意愿行事，那么你早就到达光明境界啦。这个过程早就结束。你将不会出现在这里。

只要有一天完全依照我的意愿行事，你就能到达光明境界。如果在人世的这些年都依照我的意愿行事，你此刻根本无须参与到这本书中来。

所以很清楚的一点是，你从来没有依照我的意愿行事。实际上，在绝大多数时候，你甚至认识不到我的意愿。

是吗？

是的，是这样的。

那你为何不跟我说你的意愿是什么呢？

我说了。可是你不听。当你听的时候，你又没有真的听进去。当

你听进去，你又不相信你所听到的。当你相信你所听到的，你又不按照吩咐去做。

所以说我的意愿就是你的意愿是极其不准确的。

但反过来说，你的意愿就是我的意愿。首先，因为我认识它。其次，因为我接受它。第三，因为我赞扬它。第四，因为我喜爱它。第五，因为我拥有它，并称它为我自己的意愿。

这意味着你拥有自由的意志，可以去做你想做的事情——也意味着我通过无条件的爱，将你的意愿变成我的意愿。

若要我的意愿变成你的意愿，你也必须做到同样的事情。

首先，你必须认识它。其次，你必须接受它。第三，你必须赞扬它。第四，你必须喜爱它。第五，你必须说它是你自己的意愿。

在人类的整个历史上，自始至终这么做的人只有几个。差不多一直这么做的人有十来个。经常这么做的人并不少。偶尔这么做的人有许多。极少这么做的人则是绝大多数——不过从来不这么做的人也有。

我属于哪类人呢？

这要紧吗？从今以后你想要成为哪类人？这才是重要的问题吧？

是的。

你的回答呢？

我想成为第一类人。我想要一直都清楚你的意愿，一直都依照你的意愿行事。

你这个志向值得表扬和嘉奖，但你可能做不到。

为什么？

因为你还有许多成长的道路要走，才能实现这个志向。然而我告诉你：你可以有这个志向。只要你选择，此刻你就能进入神的境界。你的成长不需要花费那么多时间。

那为什么实际上却花了很多时间呢？

是啊。为什么呢？你在等什么呢？你不会认为是我在拉你后腿吧？

没有啦。我清楚地知道是我在拉自己的后腿。

很好。清楚是通往大师境界的第一步。

我想要到达大师境界。要怎样才能做到呢？

继续阅读这本书。那正是我想要把你带到的地方。

# Chapter 02

我不知道这本书的内容将会是什么。我不知道从何开始。

我们有时间。

我们能有多少时间呢？从第一章到这里，就已经花了我五个月。我知道看这本书的人会以为这些文字是连续不断地写下的。他们并没有意识到这本书的第三十二段和第三十三段之间隔了二十个星期。他们并不知道有时候我要隔半年才能再次产生灵感。我们到底需要花多少时间啊？

我不是这个意思。我想说的是，让我们把“时间”作为第一个话题，作为本书的起点。

哦，好吧。但既然说起来了，为什么有时候需要花几个月才能完成一段文字呢？你为何隔这么久才来找我呢？

我的好孩子，我并没有隔很久才来找你。我未曾不和你同在。只是你并没有一直明白这个道理而已。

为什么呢？如果你永远与我同在，我为什么没有意识到你呢？

因为你的生活被其他事情缠住了。实话说，你这五个月可真忙。

是的。确实如此。事情太多了。

你认为这些事情比我更重要。

没有啦，其实我不是这么想的。

我想请你看看你的行动。你在你的物质生活中花费了大量的精力。你对你的灵魂毫不关心。

这段时期很辛苦嘛。

是的。所以在这个过程中你更应该关注你的灵魂。若是有我的帮助，这五个月会好过得多。我能建议你别与我失去联系吗？

我是想和你保持联系啊，但我好像被我自己的事情搞得昏头转向的，或者用你的话来说，被缠住了。不知道怎么回事，我就是留不出时间给你。我没有冥思。我没有祷告。当然我也没有写作。

我知道。这就是生活的悖谬之处：当你最需要与我联系的时候，你却离我而去。

我怎样才能别再这么做？

别再这么做。

那是我刚才说的话。但怎样做到呢？

你可以通过别再这么做而别再这么做。

没那么简单啦。

就是那么简单。

我希望是这么简单。

那么它将会真的是这么简单，因为你的愿望就是我的命令。别忘了，我亲爱的孩子，你的欲望就是我的欲望。你的意愿就是我的意愿。

好啊。很好。那我希望这本书到三月份就结束。现在是十月份。我希望五个月才写一段文字的情况不要再出现。

你的愿望会实现的。

很好。

也有可能不会实现。

唉，老兄，我们非得玩这些把戏不可吗？

不是啊。但到目前为止，你就是这样生活的。你不停地改变主意。别忘了，生活是一个不断创造的过程。你每时每刻都在创造你的实在。今天你做的决定，往往不是明天你做的选择。然而这里是所有大师的秘密：不停地选择相同的东西。

反反复复地选择吗？选择一次不够吗？

反复地选择，直到你的愿望变成你的现实。

有些人需要花几年的时间。有些人需要几个月。其他人需要几个星期。至于那些接近大师境界的人，只需要几天、几个小时，甚至几分钟。而对于大师而言，创造是即时生效的。

如果你看到愿望和经验之间的距离正在缩短，那么你就已经踏上了通往大师境界的道路。

你刚才说："今天你做的决定，往往不是明天你做的选择。"那又怎样呢？你是说我们不应随便改变主意吗？

你想改变就改变。然而要记住，每次改变想法，都会导致整个宇宙的方向发生变化。

当你"决定"某件事情，你就让宇宙开始行动。许多超出你理解能力的——你无法想象有多么微妙复杂的——力量便参与了一个过程，这个过程极其玄妙，你现在只能略微窥见其堂奥。

你们把整体的存在称为生活，它是一张由各种相互作用的能量交织而成的网络，而这些力量和这个过程，正是这非凡的网络的组成部分。

它们本质上就是我。

那么我要是改变想法，就会让你为难，是吗？

没有什么能难倒我——但你可能会让你自己变得非常为难。因此，对待事情要专心致意。别改变你对它的想法，直到你让它变成现实。保持专注。集中精神。

这就是全神贯注。如果你选择了某样事情，全心全意地选择它。别三心两意。永别放弃！朝着它努力。要坚决。

别遇到挫折就放弃。

正是如此。

但如果注定要失败呢？如果我们想要的并不适合我们——对我们自己不好，或者不符合我们的最高利益呢？那么你就不会把它给我们，对吧？

不对。你们召唤的东西，我都会“给”你们，不管它对你们来说是“好”还是“坏”。你最近没有看看你的生活吗？

但我听说我们无法总是得到我们想要的东西——如果它不符合我们的最高利益，神就不会把它给我们。

人们对你说这样的话，是因为他们希望你不要为某件事情的结果感到失望。

首先，让我们来澄清我们的关系。我不“给”你任何东西——所有东西都是你召唤而来的。第一卷用大量的细节准确地解释你是如何做到的。

其次，我并不对你召唤的东西进行判断。我从不称一样事物为“好”或者“坏”。（你最好也别做判断。）

你是创造性的生灵——是被依照神的形象和模样而造出来的。无论你选择什么，你都可以得到。但你可能得不到你想要的东西。实际上，如果你非常想要一样东西，你将永远得不到它。

我知道。你在第一卷也解释过这个道理。你说想要某样东西的行动会将这样东西从我们身边推开。

是的，你还记得为什么吗？

因为思维是创造性的，想要某样东西的思维是一次向宇宙发出的声明，一次真相的宣告，而宇宙随后会让这次声明在我的实在中出现。

正是如此！准确无误！你学到了。你真的领悟了。这太好啦。

是的，事情正是如此。在你说“我要”某样东西的刹那，宇宙说“你确实要”，并给你那种相符的经验——因为缺少它而“想要”它的经验！

无论你在“我”后面加上什么话，它都会变成你的创造性命令。宇宙间的万事万物对“我”言听计从。

我生产的，就是你召唤的！而你召唤的，正是你所思、所感、所说的。就是这么简单。

那么请你再告诉我吧——为什么我需要如此之长的时间才能创造出我选择的实在呢？

原因有好几个。因为你并不相信你能拥有你所选择的。因为你并不知道选择什么。因为你不断地试图弄清楚什么对你是“最好”的，因为你想要事先确保你所有的选择都是“好”的。还因为你不停地改变想法！

我好像不是很明白。我不应该试图弄清楚什么对我是最好的吗？

“最好”是个相对的词汇，它有一百种含义。这让选择变得非常困难。当你做决定时，要考虑的因素应该只有一个——这是我的身份的声明吗？这是我选择的身份的宣言吗？

生活中的一切都应该成为这样的宣言。实际上，生活中的一切都是。你可以通过选择或者通过机缘做出这种宣言。

依照选择而过的生活是一种有意识地去行动的生活。听随机缘而过的生活是一种无意识地去反应的生活。

反应无非就是那样——采取你以前有过的行动。当你做出反应，你只是权衡接受到的信息，搜索你的记忆库，寻找相同或近乎相同的经验，然后依照你以前的做法去采取行动。这时发挥作用的是你的精神，而不是你的灵魂。

你的灵魂将会让你搜索它的“记忆”，看看如何才能在此时创造出真正适合你的真实经验。这种经验就是你经常听说的“灵魂搜索”，但你必须超越你的精神才能做得到。

当你花时间试图弄清楚什么对你而言是“最好”的，你正在做的无非是这样：正在花时间。你的时间最好是用来节省，而不是用来浪费地花掉。

超越你的精神能够为你节省大量的时间。决定很快被达成，选择很快被实施，因为你的灵魂无需回顾、分析和评判过去的遭遇，你的灵魂只根据当前的经验来进行创造。

请记住这个道理：灵魂创造，精神反应。

灵魂清楚地知道，你在此时拥有的经验，是神在你意识到这种经验之前就指派给你的。你的经验都是神提前送给你的。甚至当你尚在寻找它的时候，它就已经踏上前来找你的道路——因为甚至在你要求之前，我就已经给予。每个此时都是神光荣的馈赠。所以在英文中，此时也被称为礼物（present）。

灵魂本能地寻找此时所需的完美境遇，以便疗愈错误的思维，让你能够恰到好处地经验到你的真实身份。

灵魂的欲望是将你带回到神身旁——把你带回家，带到我身边。

灵魂的意图是通过经验认识其自身——从而认识我。因为灵魂明白你和我是一体，即使精神否认这个真相，即使身体执行这种否认。

因此，当你要做重大决定的时候，请超越你的精神，去搜索你的灵魂。

灵魂明白精神无法理解的道理。

如果你总是试图弄清楚什么对你来说是“最好”的，你的选择将会提心吊胆，你的决定将会犹疑不定，你的航程将会驶入一片期望的海洋。

如果你不小心提防，你将会被你的期望淹没。

哇！这个答案太好啦！但我要怎样才能倾听我的灵魂呢？我要怎样才知道我在聆听呢？

灵魂通过感受对你说话。倾听你的感受。听从你的感受。尊重你的感受。

为什么在我看来，尊重我的感受恰恰会使我陷入麻烦呢？

因为你把成长等同于“麻烦”，把固步自封等同于“安全”。

我告诉你吧：你的感受永远不会让你陷入“麻烦”，因为你的感受就是你的真相。

如果你想过上一种从来不听从感受，而是用思维机器将所有感受过滤掉的生活，那么随你的便。尽管根据你的精神对情势的分析而做出决定。但别指望在这种生活中你能找到欢乐，也别指望你能为你的真实身份而庆祝。

请记住：真正的庆祝是与精神无关的。

如果你听从你的灵魂，你将会知道对你来说什么是“最好”的，因为对你来说是真实的，亦即对你来说是最好的。

当你根据真实的你去行动，你在成长道路上就会越走越快。当你依据你在“此时的真相”去创造经验，而非依据“过去的真相”去做出反

应，你就创造了“全新的你”。

你为什么需要如此之长的时间才能创造出你所选择的实在呢？这就是症结所在：因为你并没有按照你的真相去生活。

认识真相，真相必将使你得到自由。

然而当你认识了你的真相，别改变你对它的想法。改变想法是你的精神试图弄清楚什么是“最好”。别这么做！离开你的精神。回到你的感官！

所谓“回到你的感官”，就是回到你的感受，而非回到你的思维。你的思维无非就是思维而已。它们是精神的建构。它们是你的精神“捏造”出来的。但你的各种感受——它们在此时是真实的。

感受是灵魂的语言。你的灵魂是你的真相。

就这样。你能完全理解吗？

这意味着我们有感受就要表达出来，哪怕这些感受是负面的或者破坏性的吗？

感受既不是负面的，也不是破坏性的。它们只是真相。重要的是你如何表达你的真相。

当你怀着爱去表达你的真相，负面的和破坏性的结果很少会出现，就算出现了，通常也是因为别人选择了用负面的或者破坏性的方式来经验你的真相。如果是这样的话，你再怎么做，也无法避免出现这种后果。

当然，不去表达你的真相也是不妥当的。然而人们总是这么做。他们害怕可能会引起或者面对不愉快，所以彻底地隐瞒了他们的真相。

请你记住：信息如何被接受，并没有它如何被发送重要。

你无法为其他人多么好地接受你的真相负责；你只能保证多么好地表达出你的真相。我说的多么好不仅意味着多么清楚，也意味着多么有爱心、多么有同情心、多么感性、多么勇敢和多么完整。

吞吞吐吐、欲说还休或者闪烁其词是不行的。这意味着真相，全部的真相，除了真相没有别的东西，愿神帮助你。

“愿神帮助你”这几个字体现了神的仁爱和慈悲——因为我将会永远帮助你以这种方式交流，如果你求我的话。

所以是的，去表达你所谓的最“负面的”感受，但别以破坏性的方式去表达。

未能表达（例如推出）各种负面的感受，并不会使它们消失，只会将它们禁锢。被“禁锢”的负面情感会给身体造成伤害，给灵魂带来负担。

可是如果别人听到你对他所有的负面想法，两个人的关系肯定会受到影响，无论你是多么有爱心地去表达这些想法。

我刚才说的是去表达（推出、摆脱）你的负面感受——我可没说如何表达，或者向谁表达。

负面的感受未必全都要与其涉及的人分享。唯有在隐瞒这些感受将会有损你的道德品质，或者导致别人相信谎言的时候，才有必要和别人交流这些感受。

负面的感受绝对不是终极的真相，哪怕在此时它显得是你的真相。它可能来自你受过的、尚未痊愈的伤害。实际上，它向来如此。

所以推出这些负面的感受、释放它们才会如此重要。唯有让它们走，把它们摆出来，把它们放到你的面前，你才能够看清它们，才能够知道你是否真的相信它们。

你们所有人都说过一些话语，一些恶毒的话语，却在说出之后才

发现，它们其实不是你们“真实的”想法。

你们所有人都表达过一些感受，从恐惧、生气到暴怒，却在表达之后才发现，它们不再揭示你们真正的感受。

就此而言，感受可能会诱人上当。感受确实是灵魂的语言，但你们必须确保你们正在聆听的是真实感受，而不是你们的精神伪造出来的虚假感受。

哇，老兄，看来我连我的感受都不能相信！太好啦！我原来以为相信感受正是通往真相的道路！我原来以为你教我要相信我的感受呢。

确实是。是这样的。但听好了，因为那比你现在理解的更加复杂。有些感受是真实的感受——也就是说，来自灵魂的感受——而有些感受则是虚假的感受。这些是你的精神打造出来的。

换句话说，它们根本就不是“感受”——它们是思维。伪装成感受的思维。

这些思维的根据是你从前的经验，以及你观察到的别人的经验。你看到有人在拔牙的时候做出痛苦的表情，于是你在拔牙的时候也做出痛苦的表情。那可能一点都不疼，但你还是会做出痛苦的表情。你的反应与现实无关，只跟你察觉到的现实有关，而你又是根据别人的经验或者从前遇到的某些事情来察觉现实的。

人类最棘手的难题是活在此时此地，别再思前想后！别再创造关于此时的思维（此时是你在尚未想到它之前就已经将它送给自己的时刻）。活在此时。记住，这个时刻是你送给你的自我的礼物。此时包含着一个巨大真相的线索。那真相是你希望忆起的。然而，当此时来临，你立刻开始构造关于它的思维。你并没有活在此时之中，而是站到此时之外，对它进行评判。于是你总是做出反应。也就是说，你总是做出从前做过的事情。

现在来看这两个英文单词：

REACTIVE（反应的）

CREATIVE（创造的）

看到吗，这两个单词是相同的。唯有C的位置不同。而在英文中呢，C跟SEE（看待）是谐音的。所以当你摆好C的位置，也就是当你正确地看待事物，你就能够采取创造的行动，而不只是做出重复的反应。

这听起来很巧妙嘛。

是的，神就是这样的。

但你也知道的，我想说的是，如果你清净地来到每个此时，而不是带着关于它的先入之见，你就能够创造出你现在的身份，而非重新表现你从前的身份。

生活是创造的过程，而你在生活中，却把它当成重新表现的过程！

但是哪个理智的人会在事情发生的时候忽略从前的经验呢？回忆起你对这类事情所了解的一切，并据此做出反应，那不是很正常吗？

那可能是正常的，但却不是自然的。“正常”意味着通常会做的事。“自然”是你不想“正常”时会做的事！

自然和正常是不同的。在任何时刻，你可以做你在正常情况下会做的事，也可以做你自然而然想做的事。

我告诉你吧：没有什么比爱更自然。

如果你怀着爱去行动，那么你的行动是自然的。如果你怀着怕、怨憎、恼怒去反应，那么你的行动也许是正常的，但却绝对不是自然的。

假如我从前的经验尖叫着对我说，某个特殊的“时刻”可能是痛苦

的，我如何还能怀着爱去行动呢？

忽略你从前的经验，走进那个时刻。活在此时此地。看看此时你能做些什么来创造你的新身份。

请记住：这就是你在这里要做的。

你以这种方式，在这个时刻，于这个地方，来到这个世界，是为了知道你的身份——以及创造你的理想身份。

这是所有生活的目标。生活是持续的、永无止尽的再造过程。你们不停地对你们的身份产生新的观念，并不停地依据这种观念来再造你们的自我。

这难道不像那个确信他能够飞翔，因而从最高的大楼顶端跳下来的人吗？他忽略了他“从前的经验”，以及“观察到的别人的经验”，从那座楼跳下来，同时不停地大喊：“我就是神！”那看起来可不是非常聪明的做法。

我告诉你吧：人类取得的成就比飞翔伟大得多。人类曾经治愈疾病。人类曾经使死者复活。

唯有一个人曾经那么做过。

你认为唯有一个人被赐予各种超乎物理世界的能力？

唯有一个人曾经展现过这些能力。

才不是呢。红海是谁分开的？

神。

没错，但是谁呼请神来做这件事？

摩西。

对的。是谁呼请我治愈病者，复活死者？

耶稣。

是的。那么你认为摩西和耶稣做过的事情，你做不到吗？

但那些事不是他们做的！是他们请你做的！那不是一回事。

好吧，我们姑且认可你的说法。那么你认为你就不可以请我做这些神奇的事情吗？

我想可以吧。

我会应你所请吗？

我不知道。

这就是你和摩西的差别！这就是你和耶稣的不同！

许多人相信，如果他们以耶稣的名义请求，你将会满足他们的愿望。

是的，是有很多人相信这个。他们认为他们没有能力，但他们曾经看到（或者相信有人曾经看到）耶稣的能力，所以他们以他的名义请求。尽管耶稣说过："你们为何如此惊奇？这些事情，以及更多事情，你们也都能做到。"然而人们并不相信耶稣的话。许多人直到今天仍不相信。

你们全都想象你们是卑贱的。所以你们以耶稣的名义请求。或者以圣母玛丽亚的名义。或者以这个或那个"圣徒"名义。或者以太阳神的名义。或者以东方之灵的名义。你们将会使用别人——随便什么人——的名义，却不用你们自己的！

然而我告诉你吧——凡是你要求的，必教你得到。凡是你寻找的，必教你找着。凡是你敲击的，门必将为你而开。

凡是从楼上跳下来的，必将能够飞翔。

曾经有人飞上天空，你相信吗？

我听说过。

有人能够穿越墙壁，甚至离开他们的身体。

是的，是的。但是我从来没有亲眼见到有人穿越墙壁——我不会建议任何人那么做。我也不认为我们应该从楼顶跳下来。那可能不利于你的健康。

那人之所以摔死，并非因为他来自正确的存在状态却无法飞翔，而是因为他无法通过表明他本人有别于你们而展现神性。

请解释。

楼顶那人生活在自我欺骗的世界中，他幻想自己有别于你们其他人。他宣布“我是神”，所以其展现的起点是一个谎言。他希望他本人能够与众不同。比其他人更伟大。更有力量。

那是一种本我的行动。

本我是独立的、个体的，它无法复制或者展现那一体的东西。

那个想要展现他是神的人，他站在屋顶，展现的是他与万物的分离，而非他与万物的统一。因而，他想要通过展现非神性来展现神性，并失败了。

耶稣与这人不同，耶稣展现神性的方法是展现统一性——在目光所及的每个地方（以及每个人），耶稣都看见统一性和整体性。所以他的意识和我的意识是一体的，在这种状态当中，无论他召唤的是什么，都会于那神圣的时刻在他的神圣实在中出现。

我明白。所以只需要“基督意识”便能施行奇迹！很好，这样事情就简单啦……

确实很简单，比你想到的还要简单。许多人曾经达到这样的境

界。许多人曾经成为基督，不仅是拿撒勒的耶稣。

你也能够成为基督。

怎样才能……？

去追求成为基督。去选择成为基督。但你必须每时每刻都做出这个选择。它必须变成你的生活目标。

它实际上就是你的生活目标——只是你不知道而已。即使你知道这个目标，即使你记得你本人存在的确凿理由，你却似乎不知道如何从你所在之处前往那里。

是的，是这样的。那么我如何能够从我所在之处去往我想在之处。

我再告诉你吧：凡是你寻找的，必教你找着。凡是你敲击的，门必将为你而开。

三十五年来，我不停地在“寻找”和“敲击”。如果我觉得这句话让我有点烦，你应该会原谅我。

不如说让你失望透顶，对吧？但说真的，虽然我不得不为你的尝试打高分——比如说为你的努力打个优秀——但我却不能说、也不能同意你这三十五年来不停地在寻找和敲击。

让我们说，这三十五年来，你断断续续地寻找和敲击——而且大部分是断。

从前，在你年幼的时候，你唯有遇到麻烦或者需要某样东西才来找我。后来你年纪渐长，也成熟了，你意识到你与神的那种关系也许不是正确的，于是你想要创造某种更有意义的关系。即使在那个时候，我仍然无非是时有时无的东西。

再后来，你终于明白唯有通过与神交流才能达到与神合一，于是你采取了能够达成交流的做法和行为，然而即使是这样，你也只是零

星地、偶尔地为之而已。

你打坐，你参加仪式，你在祷告和圣歌中呼唤我，你唤起我藏在你体内的灵，但唯有在它适合你的时候，唯有在你感到受启发的时候。

尽管在这些场合你对我的经验是很美好的，你生命的百分之九十五仍然深陷在分离的幻象之中，唯有零星的时刻才认识到终极的实在。

你依旧认为你的生活与轿车维修、电话账单和你想要从人际关系中得到什么有关，你依旧认为你的生活关乎你创造的戏剧人生，而非关乎这戏剧人生的创造者。

你尚未理解你不停地创造你的戏剧的原因。你太忙于演出这些戏剧啦。

你说你理解生活的意义，可是你并没有按照你的理解去生活。你说你认识通往与神交流的道路，可是你并没有走那条路。你宣称你走的是正途，可是那实际上不是。

然后你来找我，说这三十五年来你不停地寻找和敲击。

我也不想打破你的幻想，但是……

你是时候别再对我有幻想，并开始正视你的真实身份啦。

现在——我告诉你这个：你想要成为“基督”吗？时时刻刻像基督那样去行动。（别说你不知道该怎么做。他向你展现了方法。）像基督那样去对付每种境遇。（别说你做不到。他给你留下了指示。）

在此过程中，你若寻找帮助的话，你并非孤立无援。我每时每刻都在给你指引。我是你内心安宁而低微的声音，知道该拐哪个弯，该走哪条路，该给出哪个答案，该采用哪种行动，该说哪个字——知道如果你真的寻找和我交流与合一，该去创造哪种实在。

只要倾听我就可以。

我想我不知道怎样才能做到。

胡说八道！你目前就正在做啊！只要永远这么做就行。

我不能时刻带着一本黄色便笺本到处走啊。我不能放下所有事情，开始写字条给你，希望你会给我这些非凡的答案。

谢谢你。它们确实是非凡的！这里是又一个非凡答案：你能的！

我想说的是，如果有人告诉你，只要保证身边随时都有纸和笔，你就能够与神建立起直接的联系——直接的关联，直接的线路，你会做得到吗？

嗯，那当然会啦。

然而你刚才说的是你不会！或者“不能”。你怎么回事呢？你要说的到底是什么？你的真相是什么？

现在有个好消息，那就是你甚至无需纸和笔。我永远与你同在。我并不生活在笔芯里。我生活在你体内。

这是真的吗……我的意思是，我确实可以相信这句话，对吧？

你当然可以相信它。这是我从最早就要求你相信的话。包括耶稣在内的每个大师都对你说过这句话。这是最核心的训示。这是终极的真相。

我永远与你同在，甚至直到时间的终结。

你相信吗？

是的，现在我相信。我是说，比以前更加相信。

很好。那么使用我吧。如果拿出纸和笔对你而言是有效的（我必须说，看来这对你非常有效），那么就拿出纸和笔吧。更加频繁地拿

出来。每天都拿出来。每个小时都拿出来，如果必要的话。

靠近我。靠近我！去做你能够做的。去做你必须做的。需要做什么就做什么。

念一段玫瑰经。吻一块石头。向东方鞠躬。唱一首圣歌。撞一下钟。动一下肌肉。

或者写一本书。

需要做什么就做什么。

你们每个人都有自己的想法。你们每个人都以自己的方式理解我——创造我。

对有些人，我是男子。对有些人，我是女子。对有些人，我两者皆是。对有些人，我两者皆非。

对有些人，我是纯粹的能量。对有些人，我是终极的感受，你们称之为爱。你们有些人对我没有具体的想法。你们只知道我是我。

确实是这样的。

我是我。

我是吹拂你头发的和风。我是温暖你身体的太阳。我是在你脸庞跳舞的雨珠。我是空气中花朵的芬芳，我是散发芬芳的花朵。我是传播芬芳的空气。

我是你最初的思维之始。我是你最后的思维之终。我是在你最光辉时闪耀的观念。我是它实现时的光荣。我是推动你去做最美好事情的感受。我是你内心反复渴望这种感受的那部分。

无论对你而言有效的是什么，无论能使之发生的是什么——无论是哪种仪式、庆典、展示、冥想、思维、歌曲、话语，只要它能让你和我“复合”——去做吧。

去做吧，为忆起我，为重归于我。

# Chapter 03

那么，现在来回顾和简述你刚才说过的话，我似乎领悟到如下这些道理：

- 生活是持续的创造过程。
- 所有大师的秘密是别再改变心意，不停地选择相同的东西。
- 别遇到挫折就放弃。
- 我们“召唤”来我们所思、所感和所说的东西。
- 生活既可以是创造的过程，也可以是反应的过程。
- 灵魂创造，精神反应。
- 灵魂理解精神无法明白的道理。
- 别再试图弄清楚什么对你“最好”（你如何能赢最多、输最少、得到你想要的东西），开始依据你的身份去行事。
- 你的感受便是你的真相。对你来说真实的，亦即对你来说最好的。
- 思维不是感受，而是关于你“应该”如何去感受的观念。当思维和感受混淆，真相就会被遮蔽，就会丢失。
- 回到你的感受，超越你的精神，回到你的感官。
- 知道你的真相之后，按照它去生活。
- 负面的感受根本不是真实的感受；它们是你关于某件事情的思维，而这些思维的基础是你本人和其他人以往的经验。
- 以往的经验无法揭示真相，因为纯粹的真相是在此时此刻被创造出来的，而非被重新表现出来的。
- 要改变你对任何事情的反应，你要活在此时——此时是你在尚未想到它之前就已经将它送给自己的时刻……换句话说，活在此时此地，而非过去或者未来。
- 过去和未来只能在思维中存在。此时是唯一的实在。停留在那里！
- 凡是你寻找的，必教你找着。
- 去做所有能够让你和神/女神/真相保持联系的事情。别停止那些能够“有效地”让你和太极保持接触的事情，不管它是行为、祈祷、仪式、冥思、阅读、写作还是其他什么。

你看怎么样？

非常好！看上去很好。你领悟到啦。那么，你会依照这些道理去生活吗？

我会试试看。

很好。

是的。现在我们能回到我们开始的地方吗？跟我说说时间吧。

此时之外，别无时间！

我肯定你以前听过这句话。但你并不理解它。现在你理解啦。

没有时间，唯有此时。没有时刻，唯有此刻。宇宙间只有“现在”。

那么“昨天”和“明天”呢？

是你的想象的臆造。是你的精神的虚构。在终极实在中并不存在。

所有曾经发生的，无不正在发生；所有即将发生的，无不就在发生。

我无法理解。

你确实不能理解。不能完全理解。但你能够开始理解。目前你只需要有初步的了解便已足够。

所以……听我说吧。

“时间”并非连续体。它是一种相对性的元素，它的存在是垂直的，而不是水平的。

别把它想象成一种“从左到右”的东西——别以为它是某种所谓的时间线，从个人的生延续到死，从宇宙的某个有限点伸展到某个有限点。

“时间”是一种“上和下”的东西！请把它想象成一根轴，代表着永恒的此时。

现在想象这轴上有许多上下相叠的纸张。这些就是时间的要素。每个要素都是分离而独特的，然而每个要素和其他要素同时存在。全部纸张同时处在这轴上。现在有多少纸张，将来就有多少——从前有多少纸张，现在就有多少……

宇宙间唯有一个时刻，那即是此刻，永恒的此时。

所有事情正在此时发生——这让我感到光荣。神的光荣无需等待。我使其如此，因为我迫不及待！我为我的身份而感到非常高兴，所以迫不及待地想在我的实在中将其显现。于是它突然出现——就在此地，就在此时——全部显现！

这没有起点，也没有终点。它——宇宙间的万事万物——只于此时存在。

此在是你的经验——以及你最大的秘密——所处的地方。处于此在之内，你能够有意识地去往你选择的任何“时间”或者“地点”。

你是说我们可以进行时光旅行？

没错——你们许多人曾有过。实际上，你们所有人都有过时光旅行——你们常常在你们所谓的梦境之中这么做。大多数人并没有意识到这一点。你们无法保留那种意识。但那种能量像胶水那样粘在你们身上，有时候残留的能量足够多，别人——敏锐察觉到那种能量的人——便能看透你们的“过去”或者“未来”。他们感受或者“解读”这种残留，你们称他们为先知或者疯子。有时候残留的能量足够多，乃至连你们在有限的意识之中也能察觉到你们“从前来过这里”。你们会突然震惊地发现这些事情你们“以前全都做过”！

似曾相识！

是的。有时你们遇到某些人，会产生一种美好的感受，仿佛你们

认识他们已经很多年——永远认识他们。

那是一种非凡的感受。那是一种神奇的感受。而且那是一种真实的感受。你们永远认识那个灵魂。

永远即是现在！

所以你经常从你在这轴上的“纸张”向上仰望，或者向下俯视，看到所有其他纸张！你在那里看到你自己——因为每张纸都有部分的你！

这怎么可能？

我告诉你吧：你存在于以往，存在于如今，亦将永存于将来。从来没有你不曾存在的时间——亦将永远不会有这样的时间。

但是且慢！那些老人怎么说呢？为什么有些人比其他人更“老”呢？

没有东西比其他东西更“老”。我在刹那间创造出全体，全体存在于此时。

你提到那种“老”和“幼”的经验必定跟某个特别的灵魂（或者说某个存在体）的觉悟层次有关。你们全是存在体，全是此在的组成部分。每个部分都内嵌着整体的意识。每个要素都附带着全体的印记。

“觉悟”是意识被唤醒的经验。全体中的个体开始意识到其自身。它开始拥有自我意识。

然后，慢慢地，它开始意识到所有他者，再然后，它意识到其实并没有他者——全体即是一体。

最后它将会意识到我。高洁光辉的我。

老兄，看来你确实很喜欢你自己，对吧？

难道你……？

是啦，是啦！我觉得你很伟大！

我同意。我也觉得你很伟大！这是你和我唯一意见相左的地方。你并不认为你很伟大！

看到我拥有这么多缺点，犯过这么多错误，做过这么多坏事，我怎么还可能认为自己很伟大呢？

我告诉你吧：坏事是不存在的！

这要是真的就好啦。

你是完美的，现在的你就是完美的。

这也是真的就好啦。

是真的！树并不会因为它尚是幼株而较不完美。婴儿并不比成人较不完美。它本身即是完美。因为它无法做任何使它较不完美的事情，也不知道任何使它较不完美的事情。

孩子会犯错误。她站起来。她蹒跚而走。她摔倒。她再次站起来，扶着她妈妈的腿，有点摇摇晃晃地走。这孩子因此而不完美了吗？

我告诉你吧，事实恰好相反！那孩子本身即是完美，是极其可爱迷人的。

你也是如此。

但那孩子从未做过错事！那孩子并没有故意反抗、刺痛别人，或者故意伤害她自己。

那孩子不知道什么是对，什么是错。

正是如此。

你也不知道。

但我确实知道。我知道杀人是错的，爱人是对的。我知道伤害是错的，疗愈是对的，让事情变得更好是对的。我知道拿走不属于我的东西、利用别人、不诚实是错的。

我可以向你举例，证明所有这些“错”都是对的。

你别耍我啦。

我没耍你。我只是实事求是。

如果你说每条规则都有例外，那我是同意的。

如果某条规则有例外，那它就不成为规则。

你是说杀戮、伤害、取走他人的财物并没有错吗？

那取决于你想做的是什么。

好吧，好吧，我明白啦。可是也不能因此就说这些事情是好的呀。有时候人们不得不做坏事才能达到好的目的。

那么它们根本就不是“坏事”，对吧？它们只是达到目标的手段。

你是说为了目的可以不择手段吗？

你觉得呢？

不行。绝对不行。

随便你。

你还不明白你正在做的事情吗？你是在一边生活一边制定规则！

你还明白别的道理吗？你这么做完全是没问题的。

这就是我期待你做的事情！

生活的总体是一个决定你的身份然后经验这种身份的过程。

随着眼界不断扩张，你会制定出相应的新规则。随着你的自我观念不断变大，你会创造出相应的新规范。这些是“容纳”某些不能被容纳的东西的边界。

你不能被“你”容纳，因为你是没有边界的，就像宇宙那样。但是你可以通过想象然后接受某些边界来创造一个概念，借此定义你那没有边界的自我。

从某种意义上来说，唯有通过这种方法，你才能认识到你自己是某样具体的事物。

没有边界的，终究没有边界。没有局限的，终究没有局限。它不可能存在于任何地方，因为它存在于所有地方。如果它存在于所有地方，那么它就不存在于任何地方。

神存在于所有地方。所以神不存在于任何地方，因为若要存在于某个具体的地方，神必须不存在于其他地方——这对神来说是不可能的。

对神来说，唯有一件事是“不可能的”，那就是让神不成为神。神不可能“不存在”。神也不可能不像其自身。神不可能使其自身成为“非神”。

我存在于所有地方，宇宙间的万物皆是我。由于我存在于所有地方，所以我不存在于任何地方。而如果我不存在于任何地方，那么我存在于哪里呢？

那便是此时此地。

我喜欢你这个观点。你在第一卷说过，但我很喜欢，所以我会让你继续说下去。

那就谢谢你啦。你现在明白了吗？你创造关于“对”和“错”的观

念，只是为了定义你的身份，你懂了吗？

若是缺乏这些定义，这些边界，你就什么都不是，你明白了吗？

和我相同，当你改变你对自己身份的看法时，你就不停地改变这些边界，你明白了吗？

嗯，我懂你的意思，但我好像没有太大地改变边界——我自己的个人边界。在我看来，杀戮永远是错误的。盗窃永远是错误的。伤害别人永远是错误的。这些我们用来管束我们自己的伟大观念自从时间伊始便已存在，大多数人赞同这些观念。

那你们为什么会有战争呢？

因为总是有人会违背规则。每个果篮里总归会有烂苹果。

我现在以及在随后的段落中想要对你说的话，对某些人来说可能非常难以理解和接受。它将会有悖于大多数被你们当前的思维系统捧为真理的教条。然而，我不能让你继续带着这些教条生活，否则这次对话就没办法给你助益。所以在这第二卷中，我们现在必须先来解决这些概念。但这段旅程可能会有点崎岖，你准备好了吗？

我想我准备好了吧。谢谢你的提醒。你要对我说的话是什么呢，它怎么会如此震撼、如此难以理解或接受呢？

我想要告诉你的是：你说的那些人并非“烂苹果”。他们只是对事物的看法与你相左的人，只是构造出另外一种世界观的人。我想要告诉你的是：结合人们的世界观来看，没有人做的事情是不合适的。

那是他们的“世界观”有问题。我知道什么是对，什么是错，有些人并不知道，但你不能说我因为知道对错而成为疯子。那些不知道的人才是疯子！

引发战争的，恐怕就是你现在这种态度。

我知道，我知道。我是故意这么说的。我在这里只是重复了我听

到许多人讲过的话。但我能怎么回应那些人呢？我能说些什么呢？

你可以告诉他们，人类关于“对”与“错”的观念因文化而异，因时期、宗教，因地区而异……甚至因家庭和个人而异。你可以向他们指出，曾经有许多人认为“对”的事，比如说以所谓巫术的名义将人烧死，在今天被认为是“错”的。

你可以告诉他们，“对”与“错”的定义不但受到时间的影响，也受到地域的影响。你可以让他们注意到，在你们的星球上，有些活动（比如说卖淫）在某个地方是违法的，而在相隔不远的地方，它又是合法的。所以一个人所作的事是否被判定为“错”，实际上与这件事本身无关，而与他做这件事的地方有关。

现在我打算重复我在第一卷说过的某个道理，我知道对某些人而言，它非常难以掌握和理解。

希特勒上了天堂。 [1]

人们恐怕尚未做好接受这句话的心理准备。

这本书以及我们正在创造的三部曲中所有书的目标，就是让人们做好心理准备，以便接受新的理路、新的理解、更远大的观点和更宏伟的观念。

嗯，那么我不得不提出一些我知道许多人想要提出的疑问。希特勒这样的人怎么可能上天堂呢？世界上每种宗教……我觉得是每个人都觉得他恶贯满盈，应该被直接打入地狱。

首先，他并没有去往地狱，因为地狱是不存在的。因此他只剩下一个地方可以去。但这就引起你的疑问啦。真正的问题是，希特勒的所作所为是不是“错”的。然而我曾反复地说过，宇宙间没有“对”或“错”。事物本质上并无对错。仅是事实而已。

现在你认为希特勒是大魔头，因为他下令杀害了数以百万计的人，对吧？

是啊。

然而假如我告诉你，你所谓的“死”，其实是人类所能遇到的最美妙的事情，那又怎样呢？

我觉得这很难接受。

你认为地球上的生活比天堂里的生活更美好吗？我告诉你吧：在死亡的那一刻，你将会认识到有生以来最伟大的自由、最伟大的安详、最伟大的欢乐和最伟大的爱。假如是这样，我们还能指责那些杀人凶手吗？

你正在忽略的事实是，无论死后的生活是多么美好，我们在人世间的生活不应在违背我们意愿的情况下被终结。我们来到这里，是为了达到某个目标，获得某些经验，学习某些知识，某个丧心病狂的大混蛋打断我们的生命是不对的。

首先，你们来到人世，并不是为了学习任何知识。（去重读第一卷！）生活并非学校，你在这里的目标并不是学习，而是忆起。说到你后面的观点，你们的生命经常被许多事物“打断”，比如说台风、地震……

那不是一回事。你所说的是神的行动。

每件事都是神的行动。

我不希望发生的事情，你觉得它能发生吗？如果没有得到我的许可，你觉得你能够提起你的小指头吗？我反对的事情，你们是做不成的。

然而让我们继续共同来探讨这种有关“错误的”死亡的想法。生命被疾病打断是错误的吗？

在这里，“错误”这个词并不适用。疾病是自然的因素。它跟希特勒那种杀人魔头不一样。

那么事故呢？糟糕的事故……？

同样道理。事故是不幸的、悲惨的，但那是神的意愿。我们无法了解神的想法，从而明白这些事情为什么会发生。我们不应试图了解神的想法，因为神的意愿是不可参透和无法理解的。尝试破解神圣的秘密，等于追求超乎我们理解力的知识。那是有罪的。

你怎么知道？

因为如果神想要我们理解所有这些事情，我们就会理解。但实际上我们并不理解，无法理解，所以神的意愿是不让我们理解。

我懂了。你们无法理解就是神的意愿。事情发生了反而不是神的意愿。啧啧……

我觉得我不是非常善于解释这个问题，但我知道我相信什么。

你相信神的意愿吗？你相信神是全能的吗？

是的。

只有希特勒例外。你认为希特勒的所作所为并非神的意愿。

嗯。

那怎么可能？

希特勒违背了神的意愿。

假如我是全能的，你怎么会认为他能够违背我的意愿？

是你准许他的。

如果我准许他，那么我的意愿就是他应该做那些事。

看起来好像是这样……但你有什么理由呢？对了，你的意愿是让他拥有自由的选择。而他所做的事，是他本人的意愿。

你很接近答案啦。非常接近。

你说的当然正确。我的意愿确实是让希特勒——以及你们全部人——拥有自由的选择。但如果说你们没有做出我想要你们做出的选择，你们就会遭受无休无止的惩罚，那可不是我的意愿。如果真的是那样，我给你们的选择哪有“自由”可言呢？假设你们知道，你们若不去做我想要的事情，就将会遭受难以言喻的折磨，那么你们真的能够自由地去做你们想做的事情吗？那算什么选择呢？

这并非惩罚的问题。这只是自然法则。这只是一个结果的问题。

看来你受过良好的神学教育，那种教育促使你把我当成一个睚眦必报的神——同时却又为我开脱。

但这些自然法则是谁制定的呢？如果我们一致认为我必须颁布它们，那么我为何要颁布这些法则——然后又赐予你们违背它们的力量呢？

如果我不希望你们受到它们的影响，如果我的意愿是让我的美好生灵永不遭受磨难，我为什么要创造出让你们蒙难的可能性呢？

还有，我为什么要不停地、日日夜夜地引诱你们去违背我设定的法则呢？

引诱我们的不是你。是魔鬼。

你又来了，再次为我开脱。

唯有将我视为无能之辈，你们的神学才能够自圆其说，难道你还不明白吗？唯有使我的说法荒诞不经，你们的说法才能够合情合理。

你真的心安理得地认为神创造出某种生灵，却无法控制其行动吗？

我可没说你控制不了魔鬼。你能够控制万事万物。你是神啊！只是你选择不去控制而已。你放任魔鬼引诱我们，试图虏获我们的灵

魂。

但为什么呢？既然我并非不想要你们回到我身边，我为什么要这样做呢？

因为你希望我们回到你身边是主动选择的，而不是被迫的。你创立天堂和地狱，就是为了让我们有得选择。这样我们就可以有选择可做，而非因为没有别的路而只能沿着一条路走。

我明白你是如何得到这种想法的。那是我给你们的世界设定的运转方式，所以你认为我的世界也必定是这种运转方式。

在你们的实在里，好无法脱离坏而存在。所以你认为在我的实在里，情况也必定如此。

然而我告诉你吧：我所处的地方没有“坏”。那里也没有恶。万物在那里归一。那里唯有一。唯有觉悟，以及对一的经验。

我的实在是绝对的领域，其中的事物并不依赖于其他事物而存在，各自之间是完全独立的。

我的领域就是那个唯有爱存在的地方。

难道我们在地球上所说、所思、所做的一切都没有后果吗？

当然有后果啦。你看看你周围。

我说的是死后。

“死”是不存在的。生命没有止境。生命是永存的。你们只是变换形式。

好吧，就用你的说法——我说的是在我们“变换形式”之后。

在你们变换形式之后，后果便已消失。存在的唯有认识。

后果本质上是相对的。它们在绝对领域中并无容身之地，因为它

们取决于线性的“时间”和前后相继的事件。而这些在绝对领域里并不存在。

那个领域除了和平、欢乐和爱别无所有。

在那个领域里，你将会终于得知这个好消息：你的“恶”并不存在，你的本质和你向来认为的相同——你就是善和爱。你这种认为你可能是其他东西的观念来自一个疯狂的外在世界，导致你做出疯狂的举动。这个外在世界充满了审判和指责。其他人曾经审判你，你又根据他们的审判来审判你自己。

现在你想要神来审判你，而我不会那么做。

你无法理解神的行为居然与人类不同，于是你茫然失措。

你们的神学是你们想要重新找回你们自己的尝试。

你说我们的神学是疯狂的——但神学若是不提供奖励和回报，那它怎么行得通？

这要看你们对生活的目标是怎么看的啦，也就是说，这取决于神学的基础是什么。

如果你认为生活是测试，是审判，是为了考验你们是否“高尚”的时期，你们的神学便是合理的。

如果你认为生活是机会，是过程，在其中你们能发现——忆起——你们现在（以及从前）是高尚的，那么你们的神学便是疯狂的。

如果你认为神具有极强的本我意识，需要被关注、被敬仰、被欣赏和被爱慕，而且为了这些不惜杀人，你们的神学便是合乎逻辑的。

如果你认为神既没有自我意识，也没有需要，而是万物的起源，智慧与爱的根基，你们的神学便是自相矛盾的。

如果你认为神睚眦必报，在爱中妒忌，在愤怒中狂暴，那么你们

的神学便是完美的。

如果你认为神祥和安乐，在爱中欢欣，在狂喜中热烈，那么你们的神学便是无用的。

我告诉你吧：生活的目标并非取悦神。生活的目标是认识和重新创造你的身份。

这么做你们便能取悦神，也能为她增添光荣。

你为什么总是说“她”呢？你是“她”吗？

我既非“他”，亦非“她”。我偶尔使用女性人称代词，是为了让你摆脱你的男权思维。

如果你认为神是一样东西，那么你就会认为神不是另外的东西。那将是大错。

希特勒上天堂的原因有下面几个：

地狱是虚无的，所以除了天堂，他没有别的地方可去。

他的行为是你们所说的错误行为——尚未进化的生灵的行为——而神并不会用诅咒来惩罚犯错者，只会提供机会让犯错者改正和进化。

希特勒所犯的错误并没有给那些他导致死亡的人造成伤害。那些灵魂得以脱离世俗的束缚，就像蝴蝶破茧而出那样。

在世的人们为那些死者而哀悼，只是因为他们不知道那些灵魂所进入的欢欣。没有经验过死亡的人会为任何人的死亡而哀悼。

你说他们的死亡不是时候，所以是“错”的，言下之意就是宇宙间有些事情并不按照计划发生。然而考虑到我的身份和本质，那是不可能的。

宇宙间发生的所有事情都是完美的。神已经很久很久没有犯过错误。

如果你能明白所有事情——不仅是那些你赞同的事情，而且（也许尤其）是那些你反对的事情——都是绝对完美的，那么你就到达了大师的境界。

这个道理我当然明白。我们在第一卷讨论过。可是对于那些尚未看过第一卷的读者来说，我觉得有必要在本书的开头让他们拥有基本的了解。所以我才提出这些问题，请你来回答。但现在，在我们继续展开之前，我想再来谈谈某些人类创造出来的、非常复杂的神学理论。比如说，小时候，人们说我是罪人，所有人类都是罪人，我们对此无能为力；我们天生就是那样，我们生而有罪。

这种理论挺有趣的嘛。人们是如何让你信服的呢？

他们讲述亚当与夏娃的故事。他们在第四、第五、第六级的教义答问中说，我们也许不曾犯罪，婴儿当然不曾，但亚当和夏娃犯过，我们是他们的后代，因而传承了他们的罪，以及他们有罪的本性。

你知道的，亚当和夏娃吃了禁果——代表着有关善与恶的知识，因而神审判他们，命令他们的子孙后代自出生时便与神分离。在出生时，我们所有人的灵魂都带着这种“原罪”。每个人都分担那种罪过。所以神让我们拥有自由选择的权利，我想这是为了看我们到底是效仿亚当和夏娃，违背神的旨意，还是能够战胜我们遗传得来的做“错”事的天性，不顾尘世的诱惑，去做那些对的事。

如果你们做“错”事呢？

那么你会把我们打入地狱。

真的吗？

是啊。除非我们忏悔。

我明白啦。

如果我们感到负疚，进行上等痛悔，你将会把我们救离地狱，但这并不意味着我们就不用受苦。我们仍然需要去炼狱待上一段时间，清洗我们的罪。

你们会在“炼狱”待多久呢？

那要看啦。我们必须烧掉我们的罪。我告诉你吧，那可不好受。我们的罪越多，将它们烧光的时间就越长——我们待得就越久。这就是我听到的。

我知道。

但至少我们不用前往地狱，那是永恒的惩罚。另外，如果死亡时带着重罪，我们就会直接落进地狱。

重罪是什么呢？

它和轻罪相反。如果死亡时我们的灵魂带着轻罪，我们只会去到炼狱。重罪则让我们直接前往地狱。

你能向我举例说明你听到的这些不同种类的罪吗？

没问题。重罪是很严重的。像刑事罪啦、神学定义的宗教罪啦。比如说谋杀、强奸和盗窃。轻罪则是细微的。神学定义的过失。礼拜天没去教堂就是轻罪。从前，在星期五吃肉也是轻罪。

且慢。如果你们在星期五吃肉，这位神就要将你们打进炼狱？

是的，但现在不会。从上世纪六十年代初期之后就不会。但在六十年代初期之前，如果我们在星期五吃肉，那就糟糕啦。

真的吗？

千真万确。

好吧，这种“罪”为什么到了六十年代初期之后就不再是罪呢？

因为教宗说它不再是罪。

我明白啦。你们这位神竟然强迫你们崇拜他、礼拜天上教堂？你们若不照做，就要承受惩罚的痛苦？

是的，不去参加弥撒是一种罪。如果没有告解，如果你死亡时灵魂带着那种罪，你将会去往炼狱。

可是——孩子又怎么说呢？不知道神喜爱的所有这些“规则”的无辜小孩又怎么说呢？

嗯，如果孩子未经洗礼便死亡，那么这个孩子将会去往利姆泊。

去往哪里？

利姆泊。它不是一个惩罚的地方，但也不是天堂。怎么说好呢？……嗯，在利姆泊，你没法与神同在，但至少你不用“去见魔鬼”。

但那美丽而无辜的孩子怎么可能不与神同在呢？那孩子可没做过错事……

是的，可是那孩子未经洗礼。再纯真无瑕的婴儿，也必须洗礼之后才能进入天堂，对任何人来说均是如此。否则神不会接纳他们。所以你的孩子出生之后，应该尽快让他接受洗礼。

这些是谁告诉你的？

神。通过他的教会。

哪个教会？

当然是神圣的罗马天主教啊。那才是神的教会。实际上，如果你是天主教徒，那么你走进别的教堂也是一种罪。

你刚才说过不去教堂是一种罪！

是的。但去错误的教堂也是一种罪。

“错误”的教堂是什么呢？

所有不属于罗马天主教的教堂。你不能在错误的教堂得到洗礼，不能在错误的教堂结婚——甚至不能走进错误的教堂。我知道这个道理，是因为年轻时，我曾经想要陪同我的父母去参加某位朋友的婚礼——实际上，我被邀请在婚礼上充当伴郎，但修女们说我不该接受邀请，因为婚礼的举办地是个错误的教堂。

你听她们的话了吗？

那些修女？没有。我认为神——也就是你——会愿意出现在别的教堂，正如你愿意出现在我的教堂那样，所以我去了。我穿着燕尾服站在那座犹太教堂里，当时我的感觉很好。

那不错。嗯，现在让我们来做点小结，这种神学里面有天堂，有地狱，有炼狱，有利姆泊，有重罪，有轻罪——还有别的吗？

有啊，还有坚信礼、领圣体礼和忏悔圣事。还有驱魔圣事和终传圣事。还有……

等等……

还有主保圣人和圣日……

每天都是神圣的。每分钟都是神圣的。此刻便是神圣的时刻。

好吧，话是这么说，但有些日子才是真正神圣的，比如说圣日；在这些日子里，我们也必须去教堂。

我们又遇到“必须”了。如果你不去会怎样呢？

那是一种罪。

也就是你会因此而下地狱咯。

嗯，如果你在死亡时你的灵魂带着那种罪，你就会落进炼狱。所以去教堂告解是有好处的。真的。你应该尽可能频繁地去告解。有些人每周去。有些人每天去。那样他们就能将灵魂拂拭干净——让它保持干净，以免他们突然死亡……

哇——听起来你们的生活充满了无尽的害怕嘛。

是的，你知道吗，这就是宗教的意图——将对神的怕灌输给我们。然后我们就能做对的事和抵制诱惑。

哇哦。但要是你在告解后犯了“罪”，来不及再去告解便惨遭横祸，并因而死亡，那会怎样呢？

没问题的。不用恐慌。你只要进行上等痛悔就可以啦。“神啊，我为冒犯你而由衷地感到悔恨……”

好啦，好啦，够了。

且慢。这只是世界上众多宗教中的一种。你还想听听其他宗教的神学吗？

不想，我有数了。

那好吧，我希望人们不会认为我只是在嘲弄他们的信仰。

你确实没有嘲弄任何人，只是实话实说而已。那就像你们美国的总统哈里·杜鲁门曾经说过的话。人们说：“哈里，送他们下地狱吧！”哈里回答说：“不用我送啊。我只要实话实说，那听起来就像地狱。”

[1] 译者注：作者在此强调的是基督神学中天堂地狱论的虚无性，并非认为作为历史人物的希特勒是值得赞赏的。实际上，希特勒是法西斯独裁者，他对犹太人发起的大屠杀是人类历史上最黑暗的事件之一，这一点无论作者、译者，还是出版方，都没有任何异议。

# Chapter 04

老兄，我们真是离题万里啊。我们开始讨论的是时间，最终却谈起了有组织的宗教。

是啊，与神对话就是这样子的。很难给交谈的内容套上条条框框。

我来看看能否总结出你在第三章中谈到的要点。

- 此时之外，别无时间；此刻之外，别无时刻。
- 时间并非连续体。它是一种相对性的元素，以“上下”的模式存在，各种“时刻”和“事件”彼此交叠，在相同的“时间”出现或者发生。
- 我们不断地在各种时间范畴中穿梭，这种情况通常是在梦里发生。“似曾相识”是我们意识到这种经验的方法。
- 没有我们不曾存在的时间，亦将永远不会有这样的时间。
- 灵魂的“年龄”和觉悟的层次有关，和“时间”无关。
- 坏事是不存在的。
- 我们是完美的，现在的我们就是完美的。
- “错”是精神基于相对经验而构造出来的概念。
- 我们在生活中制定各种规则，并不停地根据我们当前的实在来改变它们，这是完全没问题的。如果我们想要成为持续进化的生灵，就应该这么做，必须这么做。
- 希特勒上了天堂！
- 所有事情的发生都是神的意愿——所有事情。不但包括台风、龙卷风和地震，也包括希特勒。理解的秘密是认识所有事件背后的意图。
- 死后并没有“惩罚”，所有后果只存在于相对的经验之中，并不存在于绝对领域。
- 各种神学是人类的疯狂尝试，人类想借此来解释某个并不存在的疯狂之神。
- 假若人类的各种神学是合理的，则我们只好认为神是极其荒唐的。

怎么样？总结得不错吧？

很出色。

好啊。我现在有上百万个疑问。比如说上面第10条和第11条，我就需要你做出更详细的解释。希特勒为什么上了天堂呢？（我知道你刚才试图向我讲解这个道理，但我还是不太明白。）所有事件背后的意图是什么呢？这个宏大的意图和希特勒等暴君有什么关系？

我们先来谈谈意图吧。

所有事件、所有经验的意图在于创造机会。事件和经验便是机会。仅此而已。

把它们等同于诸如“魔鬼的所为”、“神的惩罚”、“天堂的回报”之类的东西是谬误的看法。它们仅是事件和经验——也就是发生的事情——而已。

正是我们对这些事件和经验而进行的思考、采取的行动和做出的反应，赋予了它们意义。

事件和经验都是被拉向你的机会——是你通过意识单独或集体地创造出来的机会。意识创造经验。你想要提升你的意识。你将这些机会拉到身边，以便利用它们来创造和经验你的身份。和你现在展现的身份相比，你的身份是具有更高意识的存在体。

我的意愿是你应该认识和经验你的身份，所以我容许你将各种你选择的事件或经验拉到你身边，以便做到那一点。

其他玩家也时不时参与到你这个宇宙游戏中来——他们或是相遇路人、点头之交、临时同事、多年知己，或是内亲外戚、心爱恋人、人生伴侣。

这些灵魂是由你拉到你身边的。你也被他们拉到他们身边。这是一种相互创造的经验，表达着双方的选择和欲望。

没有人是凑巧来到你身边的。

巧合这回事是不存在的。

没有碰巧发生的事情。

生活并非偶然的产品。

和人们相同，各种事件也是由你根据自己的意图而拉到你身边的。宏观的星球经验和发展是集体意识的结果。它们是作为整个集体的选择和欲望的结果而被你们的集体拉过来的。

你说的“你们的集体”是什么意思？

集体意识是某种尚未得到广泛理解的东西——然而它极其强大，如果你们不加注意，它通常能够战胜个体意识。因此，如果你们希望这个星球上的宏观生活经验是和谐的，那么你们无论去到什么地方，无论要做什么事情，都必须致力于创造集体意识。

假如你所属集体的意识并不反映你自己的意识，而你在当前尚无力有效地改变该集体意识，那么离开该集体是明智的做法，否则的话，该集体将会牵着你的鼻子走。它将会去往它想要去的地方，完全不管你想要去的是哪里。

如果你找不到其意识和你自己相符的集体，你就自创一个集体吧。其他拥有相似意识的人将会被你吸引而来。

你们的星球若要发生永久的、显著的改变，则个体和小型集体必须影响较大的集体——而且最终必须影响最大的集体，也就是全人类。

你们的世界，及其所处的境况，是生活在世界上所有人的意识的反映。

你们看看身边就知道啦，还有大量的工作尚未完成。当然，如果你们对这个世界的现状感到满意，那又另当别论。

令人吃惊的是，世界上绝大多数人对此感到满意。所以这个世界

并没有改变。

绝大多数人对这个求异不求同、以冲突和战争解决争议的世界感到满意。

绝大多数人对这个适者生存、强权即真理、尔虞我诈、胜者为王的世界感到满意。

即使这样的系统制造出大量的“失败者”，你们也视若无睹——只要你们并不算作失败者。

绝大多数人感到满意，尽管在这种思想的影响之下，许多人由于被判定为有“错”而遭到杀害，由于成为“失败者”而餐风露宿，由于不够“强大”而备受压迫和剥削。

绝大多数人认为凡是异于他们的，就是“错”的。他们尤其不能忍受宗教的差异，以及许多社会的、经济的或者文化的差异。

上层阶级用洋洋自得的宣言来为他们对下层阶级的剥削辩护，他们宣称，那些受害者的处境，比起受到他们剥削之前已经大有改善。通过这种方式，上层阶级忽略了这个道理：如果他们确实是公平的，那么应该一视同仁地对待所有人，而并非仅仅让下层阶级的糟糕处境有稍微的改善——同时恬不知耻地从这种沽恩市义中牟取私利。

绝大多数人认为，诸如竞争、杀戮和“赢家通吃”之类的行为能够使他们的社会更加美好，假如有人提出不同的思想，他们就会哈哈大笑！绝大多数人甚至认为，除此以外，别无其他的生活方式，采取这种行为是人类的本性，以其他方式行事会杀灭驱动人类取得成功的内在之魂。（没有人问这个问题：“取得哪种成功呢？”）

这套哲学对那些真正到达光明境界之人来说是不可思议的，然而却遭到你们星球上绝大多数人的信奉，所以绝大多数人并不关心苦难中的普罗大众、受压迫的少数民族、下层阶级的愤怒或者任何人——除非是他们自身和他们的近亲——的生存需求。

绝大多数人并不明白他们正在破坏他们的星球——这个赋予他们生命的星球，因为他们的行动只是为了提高他们的生活质量。令人称奇的是，这些人极其短视，根本不知道短期的收获可能、实际上也往往、而且将会造成长期的损失。

绝大多数人觉得诸如集体利益至上、世界大同、神与万物合一而非分离之类的集体意识是危险的。

凡是能使万物合一的，你们便害怕；凡是能使万物分离的，你们的星球便尊崇。这两者共同导致了分裂、冲突与纠纷——然而你们似乎缺乏那种从自身的经验吸取教训的能力，所以你们继续你们的行为，得到相同的结果。

正是由于你们无法感同身受地经验别人的苦难，这种苦难才会延续。

分离孳生差异和虚假的等级区别。合一促成同情和真正的众生平等。

过去三千年来，有些事情在你们的星球上反复地发生；我早已说过，它们是“你们的集体”——你们星球上的整个集体——的集体意识的反映。

这种意识的层次充其量只能算是原始的。

嗯，是的。但我们好像又偏离了原来的问题。

没有啊。你问的是希特勒。希特勒事件是作为集体意识的后果而出现的。许多人会说希特勒通过阴谋诡计与如簧巧舌操控某个集体——具体而言，就是他的同胞。但这种观点很容易将所有罪过归咎于希特勒——这正是大多数人想要的结果。

但假如没有数百万人的合作、支持和自愿屈服，希特勒什么事情也做不了。那个自称为日尔曼人的次级集体必须为大屠杀承担巨大的责任。那个叫作人类的更大集体也必须承担某些责任，别的姑且不

说，就凭下面这点：它对发生在德国的惨剧无动于衷，导致那种惨剧愈演愈烈，直到连最冷血的孤立主义者也无法坐视不管。

你知道吗，正是集体意识为纳粹运动的成长提供了肥沃的土壤。希特勒生逢其时，但这个时机并不是他创造的。

重要的是吸取这里蕴含的教训。不断倡导分离和等级区别的集体意识造成同情大量地丧失；而跟随同情的丧失而来的，则必定是良知的丧失。

植根于民族主义的集体意识使你们忽略别人的困境，却又要求别人为你们的困境负责，从而理直气壮地进行报复、“修理”和战争。

奥斯维辛是纳粹解决——试图“修理”——“犹太人问题”的方法。

希特勒事件的可怕之处并不在于希特勒向人类犯下了滔天大罪，而在于人类居然允许他那么做。

其惊人之处不仅在于有个希特勒为非作歹，而且也在于其他那么多人坐视不管。

其可耻之处不仅在于希特勒杀害了数百万犹太人，而且也在于直到有数百万犹太人惨遭杀戮之后，希特勒才被迫住手。

希特勒事件的意图是借其自身来凸现人道。

人类历史上曾经出现许多出色的导师，他们提供了非凡机会，以让你们能够忆起你们的真实身份。这些导师曾向你们展现人性最高尚的一面和最低劣的一面。

他们提供了栩栩如生的、激动人心的榜样，表明做人到底意味着什么，表明人能够藉由经验去往哪里，也表明根据你们的意识，你们能够而且将会去往哪里。

记住这个道理：意识就是一切，并创造出你的经验。集体意识是很强大的，能够制造出难以言喻的美丽或丑陋。而选择权永远在你们

手上。

如果你们对你们的集体意识并不满意，那就去想办法改变它。

改变他人意识的最佳方法是以身作则，树立榜样。

假如你们做出榜样还不够，那就成立你们自己的集体——由你们来当你们希望别人经验的集体意识的源头。只要你们做得到，他们就将会经验得到。

它由你们而始。万物由你们而始。万事由你们而始。

你们想要世界改变吗？改变你们自己世界中的事情吧。

希特勒送给你们一个良机，让你们可以做到这一点。就其蕴含的意义和向你们揭露的关于人性的真相而言，希特勒事件如同基督事件，是深奥复杂的。然而只要你们对这些宏大意识的记忆仍活着，它们——无论是希特勒还是佛陀、成吉思汗还是奎师那、匈奴皇帝阿提拉还是耶稣基督——便会活着。

所以犹太人建造了许多大屠杀纪念碑，要求你们永志勿忘。因为你们所有人都有点像希特勒——只是程度轻重有所不同。杀人便是杀人，不管是在奥斯维辛，还是在伤膝河。

那么你派希特勒给我们，是为了教训我们，让我们明白人会犯下非常可怕的罪行、堕落到非常低下的层次？

希特勒不是我派给你们的。希特勒是你们创造出来的。他来自你们的集体意识，如果没有你们的集体意识，他便不可能存在。这就是教训所在。

创造希特勒事件的，正是那种凡人皆有别、种族隔离、等级区别的意识，那种“我们”对“他们”的意识。

而创造基督事件的，则是那种凡人皆兄弟、众生平等、天人同一的意识，那种“我们”而非“你的”对“我的”这种意识。

当痛苦是“我们的”而非“你的”，当欢乐是“我们的”而非“我的”，当整个生活经验是“我们的”，整个生活经验才是真正完整的。

希特勒为什么上天堂了呢？

因为希特勒并没有做“错”事。希特勒只是做了他做过的事。我再提醒你吧，有数以百万计的人曾在许多年里认为他是“对”的。他如何能够不也那么想呢？

如果你脑海中冒出一个疯狂的想法，然后有一千万人赞同你，你很可能不会认为你有那么疯狂。

世界最终裁定希特勒是“错”的。也就是说，这个世界的人们根据希特勒事件，对他们的身份和他们想要选择的身份做出了新的决定。

希特勒举起标尺。他设下参数和界限，让我们可以测量和确定关于我们自己的观念。基督在人性谱系的另外一端做出了相同的事情。

从前有过别的基督和别的希特勒。未来也将会有。所以，睁开你们的眼睛吧。因为那些有着高级意识和低级意识的人就行走在你们中间——正如你们行走在其他人中间。你们的意识，又是哪一种呢？

我还是不明白希特勒为何能够上天堂；他做的事情怎能获得这种回报呢？

首先，要明白死亡并非终点，而是起点；并非恐怖，而是欢乐。它并非关闭，而是开启。

你的生命最幸福的时刻，将会是它结束的时刻。

那是因为它并没有结束，而只是以各种美妙得难以描绘的方式延续，目前的你不可能理解其中充满的和平、智慧和欢乐。

所以你要明白的第一件事——我早已向你解释过的——就是，希特勒没有伤害任何人。从某种意义上来说，他没有施加苦难，他终结了苦难。

佛陀曾经说过“生即是苦”。佛陀是正确的。

但就算我接受你的说法，希特勒也不知道他实际上是在做好事呀。他以为他是在做坏事！

不是啦，他并不认为他是在做“坏”事。实际上他认为他是在帮助他的人民。那正是你所不理解的。

没有人会做任何在他的世界观中被定义为“错”的事情。如果你认为希特勒做出疯狂的举动，同时清楚他自己是疯狂的，那么只能说你对人类经验的复杂性一无所知。

希特勒认为他做的事对他的人民是有益的。他的人民也这么认为！那正是荒唐之所在！那个民族的绝大部分人认同他的看法！

你刚才宣称希特勒是“错”的。那很好。通过这种尺度，你定义了你自己，对你自己有了更多的认识。那很好。但别指责希特勒向你展现了这种尺度。

有人必须这么做。

如果没有热，你无法认识冷；如果没有下，你无法认识上；如果没有右，你无法认识左。别指责其一而赞扬其二。因为你若是那么做，就两者皆无法理解。

许多个世纪以来，人们谴责亚当和夏娃。他们据说犯下了最初的罪行。我告诉你吧：那是最初的幸事。因为若是缺少这次事件，若非拥有关于善与恶的知识，你们甚至都不知道有这两种可能性存在！当时“恶”是不存在的。所有人、所有事物都存在于持续的完美状态当中。那确实便是天堂。然而你们并不知道它便是天堂，你们无法经验它的完美，因为你们对别的毫无所知，所以你们是应该指责亚当和夏娃呢，还是应该感谢他们？

你说吧，我应该怎样对待希特勒？

我告诉你吧：神之爱和神之同情、神之智慧和神之宽恕、神之用心和神之意图宏大得足以包容最邪恶的罪行和最邪恶的罪人。

你也许并不同意这个观点，但没有关系。你刚刚才学到了你来这里要发现的道理。

# Chapter 05

第一卷中你曾做出承诺，要在第二卷解释许许多多的事情，比如说时间和空间、爱和战争、善和恶，以及这个星球最高层次的地缘政治因素。你也承诺要更好地、更详细地解释人类的性经验。

是的，我做出过这样的承诺。

第一卷解决的问题比较具体，跟个人的生活有关。第二卷要处理的是你们在这个星球上的集体生活。第三卷是这三部曲中的终篇，它要阐释的是最伟大的真相：整个宇宙的情况，以及灵魂的旅程。总而言之，我将为你们提供从穿鞋到理解宇宙所需的最好建议和信息。

关于时间，你想说的都说完了吗？

你需要知道的，我都已经说完。

时间是不存在的。所有事物是并存的。所有事件是同时发生的。

这本书正在被写下来，而就在它正在被写下来时，它已经被写就，它已经存在。实际上，你正在获取的所有这些信息的来源，就是这本已经存在的书。你只是赋予它形式而已。

这就是“甚至在你问之前，我便已回应”的意思。

这种有关时间的说法看起来……嗯，很有趣，但相当深奥。它在实际生活中能派上用场吗？

你们若对时间有真正的理解，便能更加祥和地生活在你们的相对性实在中。在这个相对性实在中，你们经验到的时间是一种动体，是一种流体，而非一种恒量。

其实运动的是你们，并非时间。时间是不动的。宇宙中的时刻是唯一的。

你们在某种程度上深深地理解这个道理。所以每当你们的生活中发生了某些真正美妙或非凡的事情，你们通常会说觉得“时间停止了”。

它确实停止了。当你也停止的时候，你往往会经验到生活中最美好的时刻。

我觉得这太难以置信了。这怎么可能呢？

你们的科学已经利用数学证明了这个道理。有些科学公式表明，如果你们坐进太空船，飞得足够远、足够快，你们就能飞回地球，看到你们自己正在起飞。

这证明时间不是一种动体，而是一个供你们在地球这艘太空船上运动的场。

你们说一年有三百六十五天。然而“天”是什么呢？你们决定，应该说是相当武断地决定，一“天”就是你们的太空船围绕其中轴转动一圈所需的“时间”。

你们是怎么知道它如此转动的呢？（你们可感受不到它在动！）你们在太空中选择了某个参照点，那就是太阳。你们说，你们在这艘太空船上所处的位置从正对着太阳，到转离太阳，再到正对着太阳，所需的时间便是一整“天”。

你们把这种“天”分为二十四个“小时”——这也是相当武断的做法。你们完全可以说一“天”有“十”或者“七十三”个小时！

然后你们把“小时”细分为“分”。你们说每个小时单位包含六十个叫作“分”的较小单位——而每分钟单位又包含六十个叫作“秒”的更小单位。

有一天，你们发现，地球不但在转动，它还在飞翔！你们看到它围绕着太阳在太空中运动。

你们精心计算出地球需要自转三百六十五圈，才能围绕太阳转一圈。于是你们将这个地球自转的圈数称为“年”。

当你们决定把“年”划分为一些比“年”小然而比“天”大的单位时，情况变得有点混乱。

你们创造了“周”和“月”，设法让每年的月数保持相同，而每个月的天数却又不同！

你们无法用月份的偶数（十二）来均分天的奇数（三百六十五），所以你们就决定有些月份包含的天数比其他月份更多！

你们觉得你们非把一年分成十二个月不可，是因为你们观察到，月亮在一“年”当中圆缺十二次。为了协调这三种太空事件（地球绕太阳转动、地球绕其中轴转动、月球绕地球转动），你们便调整了每个“月”中的“天”数。

可是就连这种做法也无法解决所有问题，因为你们早前的测量方式使“时间”出现了“盈余”，这让你们不知如何是好。于是你们又决定，每隔几年就必须有一年多出整整一天！你们管这个叫作闰年。这听起来很好笑，但你们确实依照这种构造去生活——然后你居然说我对时间的解释“难以置信”！

你们同样武断地创造了“秩”和“世纪”（好玩的是，这些时间单位并非十二进制的，而是十进制的），用以衡量“时间”的流逝——但实际上你们用这种方法所测量的，无非是各种空间运动而已。

因而我们可以明白，“流动”的并非时间，而是各种穿过你们称之为空间的静止场和在此静止场中移动的物体。时间只是你们用来测量运动的方式！

科学家深深地明白这种关联，因此提出了“时空连续体”的说法。

你们的爱因斯坦博士和其他人意识到时间是一种精神的构造，是一个相对的概念。“时间”是相对于各种物体之间的空间而言的！（假

如宇宙正在扩张——它确实在扩张——那么和十亿年前相比，今天的地球围绕太阳转动一圈所需的时间更为“长久”，因为它经过的“空间”更大。）

因而，和1492年相比，近期发生的这些天体事件需要耗费更多的分、小时、天、周、月、年、秩和世纪！（“天”什么时候不再是天？“年”什么时候不再是年？）

你们现在新发明了高级而复杂的计时工具，用来记录这种“时差”；你们每年调整世界各地的时钟，以便适应这个不肯乖乖别动的宇宙！你们管这个叫作格林威治标准时间。

爱因斯坦曾经推断出，如果运动的并非“时间”，而是某个以特定速度在空间里移动的人，那么这个人只要改变物体之间的空间，或者改变他在空间中从一个物体移动到另外一个物体的速度，就能够“改变”时间。

这就是他的广义相对论，它使当今的你们对时间和空间的相互关系有了更深刻的理解。

现在你们也许开始能够明白下面这种现象的原因：如果你们进行了长距离的太空旅行之后回来，你们可能只老了十岁——而你们在地球上的朋友将会老三十岁！你们走得越远，对时空连续体的扭曲就会越厉害，你们回来时发现在你们出发当初留在地球上的人还活着的概率就越小！

然而，如果“未来”地球上的科学家找到某种能够更快地推动他们自己的方法，他们就能“欺骗”宇宙，与地球上的“实际时间”保持同步，回来时发现地球上已经流逝的时间和太空船上已经流逝的时间是相同的。

很明显，如果能够找到更为强大的推动力，人们就能够在自己起飞之前回到地球！也就是说，和太空船上的时间相比，地球上的时间流逝的速度更慢。你们可以过了十“年”再回来，却发现地球只多了

四“岁”！假如再加快速度，太空中的十年，也许意味着地球上的十分钟。

若是遇到太空构造中的“褶层”（爱因斯坦和其他人相信有这样的“褶层”存在——他们是正确的！），你就能够用无限短暂的“时刻”突然穿越“空间”。这种时空现象确实能够让你“回到过去”，对吧？

现在你应该不难明白，时间是不存在的，它只是你们的精神的造物。凡是发生过的，以及凡是将要发生的，无不正在此刻发生。是否能够看到这种现象，完全取决于你们的立场——你们“在空间中的位置”。

如果处在我的位置，你们就能在此刻看到所有事情！

明白了吗？

哇，从理论的层面上来讲，我开始有点明白啦！

很好。在这里，我用非常简单的语言向你解释这个道理，就算是小孩也能看明白的。这种解释也许不算是好科学，但它很好理解。

那么有形的物体速度是有限的，但无形的东西，比如说我的思维……我的灵魂……从理论上来讲，能够以难以置信的速度在以太中移动。

正是如此！准确无误！这种情况经常在梦境和其他体外精神经验中发生。

现在你能明白为什么有些地方让你“似曾相识”啦。那是因为你从前也许去过！

可是……假如所有事情均已发生，那就意味着我无力改变我的未来。这是宿命论吗？

不是！别相信宿命论！那不是真的。实际上，这种“认识”对你来说应该是有益的，而非有害的！

你永远处于拥有自由意志和完全选择的位置。能够看到未来（或者请别人帮你看到未来），那么你过上自己想要的生活的能力应该会得到增强，而不是遭到削弱。

怎么可能呢？我不是很明白。

如果你“看到”未来有个事件或者经验是你不喜欢的，那么你就别选择它！重新选择！挑选别的！

更改你的行为，以便避开那个不想要的结果。

但它已经发生了，我如何能够避开？

它没有发生在你身上——还没有！你目前处于时空连续体的某个地方，在这里你尚未意识到那件事。你并不“知道”它已经“发生”。你并没有“忆起”你的未来！

（这种遗忘是最大的秘密。它使得你们能够“玩”生活这个伟大的游戏！后面我将会解释！）

你所不“知道”的，即不是“真实”的。由于“你”没有“忆起”你的未来，它就尚未“发生”在“你”身上！一件事情若尚未被“经验”，就尚未“发生”。而如果它尚未被“知道”，就不能被“经验”。

现在我们来做个假设：你有幸在电光石火中“认识”到你的“未来”。这种情况实际上无非是你的灵魂（也就是非物质形态的你）飞速去往时空连续体的其他地方，并带回来那个时刻或者事件的某些残留能量——某些画面或者印象。

这些是你能“感受”到的。有时候，有些修炼成超物质能力的人也能“感受”或者“看见”这些环绕在你身边的画面和能量。

假如你不喜欢你“感知”到的“未来”，请立刻弃它而去！只要抛弃它就可以！这样你就能够改变你的经验——而每个你都将会感到如释重负！

且慢！你是说……？

你必须知道——你现在将要获悉——的是，你同时存在于时空连续体的每个层面。

也就是说，你的灵魂存在于过去，存在于如今，亦将存在于将来——你的世界将永无末日——阿门。

我“存在”的地方不止一个？

当然啦！你存在于所有地方——以及所有时间！

未来有个“我”，过去也有个“我”？

我们刚才费了很大劲总算才弄明白，“未来”和“过去”并不存在——但姑且按照你惯用的含义来使用这两个词语，是的。

我不止一个？

你只有一个，但你比你认为的要大得多！

假如存在于“现在”的“我”改变某件他不喜欢的“未来”的事情，那么存在于“未来”的“我”就再也经验不到那件事？

本质上来说是这样的。整个画面都会改变。但他并没有失去他自己选择的经验。他只是如释重负，为你不必经历那件事而高兴。

然而“过去”的“我”尚未“经验”到这件事，所以他将会遇到它？

从某种意义上来说，是的。但是呢，“你”当然可以帮助“他”。

真的吗？

真的。通过改变在你前面的“你”经验到的事，在你后面的“你”也许就不必经验到它！你的灵魂正是藉由这种方法而得到进化的。

同样地，未来的你也从他本身未来的自我那里获得帮助，从而帮

助你避开他没有经验到的事情。

你能明白吗？

能啊。这种说法很吸引我。但现在我有别的问题。前生又怎么说呢？假如我在“过去”和“未来”永远是“我”，我在前生如何能够成为某个别的人呢？

你是神圣的生灵，能够同“时”拥有许多经验——能够根据你的选择，将你的自我分裂成许多各不相同的“自我”。

你能够反复地以各种不同的方式过上“相同的生活”——这点我已经解释过。你也能够在连续体上的不同“时间”过上各种不同的生活。

因此，尽管你是现在的你，就在此时此地，然而你可以也曾经在其他“时间”和“地点”成为其他的“自我”。

天哪，这真是越来越复杂啦！

是的，而且我们在这里只是略窥堂奥而已。

记住这个就够啦：你是能够进行分身的神圣生灵，没有受到任何限制。部分的你选择了以你当前经验到的身份来认识你自己。然而这绝不是你唯一能够成为的身份，不过你却以为是。

为什么呢？

你必须那么以为，否则你就无法完成你让自己在今生要做到的事情。

我今生要做到的是什么事情呢？从前你告诉过我，但请再跟我说说，就在“此地”，就在“此时”。

你要用生活的整体——各种各样的生活——来获得和确定你的真实身份、选择和创造你的真实身份、经验和实现你当前对你自己的期许。

你永远处在通过表达自我而创造和实现自我的过程中。

你将生活中遇到的人物、事件和境况作为工具，用以不断地更新你对自己曾有过的最伟大的期许。

这种创造和再创造的过程是永远持续的，永无止境的，而且是多重的。它在“此刻”发生，也在许多层面发生。

在你们的线性实在中，这种经验在你看来分为过去、现在和未来。你觉得你自己有过一种生活，或者有过几种生活，但肯定每次只能有一种。

但假如“时间”并不存在呢？那么你就会同时拥有你所有的“生活”！

你确实是这样的！

你在过去、现在和未来同时过着这种生活，过着你当前这种实际生活！难道你从来不曾对某件未来的事情有过“奇怪的预感”，而且这种预感强烈地让你避开那件事吗？

你们的语言管这个叫作先兆。从我的角度来看，这无非是你突然对你在“未来”经验到的某件事有所察觉而已。

你的“未来的你”在说：“喂，这不好玩。别做这件事！”

你现在也正在过着其他生活（你管它们叫作“前生”），只不过在你的经验中，它们存在于你的“过去”，但这也没关系。假如你完全明白正在发生的一切，你就很难去玩生活这个美好的游戏。就算是这里提供的描述也无法让你完全明白。否则的话，“游戏”将会结束。过程之所以是过程，是因为它是完整的——你在这个阶段尚未完全觉悟，正是过程的一部分。

所以祝福这过程吧，接受它，把它当作最仁慈的造物主馈赠的最伟大的礼物。拥抱这过程，带着和平、智慧与安乐在其中行走。利用

这过程，别再把它当作某样你必须忍受的东西，而是把它当作你的工具，用它来创造古往今来最高贵的经验：实现你神圣的自我。

怎样才能做到呢？最好的办法是什么？

别将你今生宝贵的时刻浪费在寻求揭示所有生活秘密的过程中。

这些秘密成为秘密，是有原因的。将这些秘密交给神去保管。将你的此刻用于最高的目标——创造和表达你的真实身份。

确定你的身份，你的理想身份，然后尽最大努力去获得它。

动用你有限的理解能力，把我说过有关时间的话作为基座，建立起你对自己最伟大的期许。

如果有个关于“未来”的印象浮现在你的脑海，请正视它。如果有个关于“前生”的观念走进你的思维，别忽略它，而是看看它对你有什么用。最重要的是，如果你认识到有条路能够让你比在此时此地更加光荣地创造、展现、表达和经验你的神圣自我，请踏上那条路。

我将会让你认识到这样的道路，因为你请求过我。写下这本书标志着你正在请求我，因为若是没有开放的头脑，开放的心灵，以及做好认识准备的灵魂，此时你就无法在你的眼前将这本书写下来。

对于那些正在阅读这本书的人而言，情况也是如此。因为这本书也是他们创造的。否则他们现在怎么能够经验到它呢？

每个人在创造着正被经验到的每件事。也可以这么说，我在创造正被经验到的每件事，因为我就是每个人。

你懂得这里的和谐之美吗？你看到其中的完美吗？

所有这些都蕴含于一个简单的真相：

我们是一体。

# Chapter 06

跟我讲讲空间吧。

空间是展现出来的时间。

实际上，空间——纯粹的、“虚无的”、其间什么都没有的空间——这种东西是不存在的。万物皆是物。即使最“虚无”的空间也充满了稀薄的气体，这些气体覆盖着的区域无限宽广，乃至它们似乎是不存在的。

就算把这些气体抽掉，那也还有能量。纯粹的能量。颤动和摆动就是这种纯粹能量的体现。万物都以特定的频率运动着，这也是纯粹能量的体现。

这无形的“能量”就是将“物质”聚合起来的“空间”。

从前（姑且使用你们的线性时间模型），宇宙间所有物质曾被压缩成一个细微的点。你无法想象这个点的密度有多大——但这是因为你觉得目前存在的物质密度已经够大了。

实际上，现在你们所谓的物质，其实大部分是空间。所有“固体的”物品只有百分之二是固体的“物质”，其他百分之九十八都是“空气”！所有物体最细微的粒子之间的空间是巨大的。那就像你们的夜空中各个天体之间的距离。然而你们却管这些物品叫做固体！

整个宇宙确实曾经是“固体”。当时物质的粒子之间确实没有空间。所有物质都消除了物质中的“空间”——这巨大的“空间”消失之后，全部物质所占的地方比针尖还要小。

确实有过某个“时间”，在那“时间”之前，根本就没有物质——只有最纯粹、最崇高的震动能量，你们管它叫作反物质。

在这时间“之前”的时间里，在你们所认识的物质宇宙存在之前，没有以物质形式存在的东西。有些人认为这就是乐土，或者“天堂”，因为那时无物，即无挂碍。

太初之时，纯粹的能量（即是我！）震动着、摇摆着，以极快的速度形成了物质——宇宙间的所有物质。

你们也能够完成这种壮举。实际上，你们每天都在这么做。你们的各种思维是纯粹的震动——它们能够而且确实创造出有形的物质！如果你们有足够多的人持有相同的思维，你们就能影响、甚至创造出部分的物质宇宙。这个道理我在第一卷中已经详细解释过。

宇宙目前正在扩张吗？

以你无法想象的速度！

它会永远扩张下去吗？

不会。驱动扩张的能量终将会消退，而粘合万物的能量将会增长，从而再次将万物拉回“原样”。

你是说宇宙将会坍缩？

是的。万物将会“返璞归真”！你们将会再次拥有天堂。没有物质。只有纯粹的能量。

换言之——只有我！

到最终，一切将会归于我。这就是你们那句“万物皆归于此”的起源。

那意味着我们将不再存在！

不再以物质的形式存在而已。但你们将会永远存在。你们不可能不存在。你们便是存在本身。

宇宙“坍缩”之后会怎样呢？

整个过程将会重新开始！所谓的大爆炸将会再次出现，另一个宇宙将会诞生。

它将会扩张和坍缩。然后它将会把同样的事情再做一遍。如此循环往复，直至永远。

这是神的呼吸。

好吧，这听起来也非常有趣，但它跟我的日常生活几乎没有关系。

正如我从前说过的，将大量的时间用于揭示宇宙最深层的秘密，或许不是使用你今生最有效的方法。然而这些有关伟大的宇宙过程的简单比喻和描述，对你们也不无益处。

比如说呢？

比如说理解所有事物都是循环不息的——包括生活本身。

理解宇宙的生活，将会有助于你理解你的内心生活。

生活循环不息。万物都是循环往复的。如果你能明白这个道理，你将会享受生活的过程——而不只是忍受它。

所有事物都在进行循环运动。这是生活的自然节奏，万物皆以这个节奏运动；万物皆顺着这个潮流。所以《圣经》上写着：“凡事皆有定期，天下万物均有其时。”

睿智者懂得这个道理。聪明者使用这个道理。

很少有男人像女人那样懂得生活的节奏。女人毕生依照那种节奏生活。她们和生活的节奏保持同步。

女人比男人更能顺应生活的“潮流”。男人想要推开、拉近、抵

制、引导这潮流。女人经验它——然后顺应它，从而制造出和谐。

女人听得见风中花朵的音韵。她看得见无形之美。她感受到生活的牵引、推动和催促。她知道何时奔跑，何时歇息；何时笑，何时哭；何时坚持，何时舍弃。

大多数女人大方地离开她们的身体。大多数男人抗拒离开。女人处在身体之中时，把她们的身体照顾得很好。男人对待他们的身体很糟糕。他们对待生活的情况也同样如此。

当然，凡是规则都有例外。我在这里所说的是泛指。我说的是到目前为止出现的情况。我只是在说普遍的现象。但假如你睁开眼去看看生活，假如你能够正视你现在和曾经看到的景象，假如你承认事实，那么你将会发现我这种普遍性的说法是符合实际的。

可是这让我很难受。这让我觉得女人好像比男人更高级。她们的本质似乎比男人要好得多。

阴和阳均是美妙的生活节奏的组成部分。某种“存在”的要素并不比另外的要素更加“完美”或者“优秀”。这些要素无非就是要素而已。

男人很明显体现了神圣的另一面，这在女人看来同样是值得羡慕的。

然而曾有人说过，生为男子，乃是一种测试或者考验。当你做男人的时间足够长久，也就是说，当你受够了你自己的愚蠢，当你自己闯下的祸已经带来足够多的痛苦，当你已经伤害过足够多的人、乃至不再继续你自己的行为，当你用理性取代暴力、用同情取代鄙夷、用求和取代求胜，那么你将愿意变成女人。

当你明白强权并非“真理”；当你懂得欺人并非强者的表现，助人才是；当你知道拥有绝对权力者无需对他人发号施令；当你明白这些道理，那么你也许会有资格拥有女人的身体——因为那意味着你终于理解她的本质。

这么说女人就是比男人更好。

不是的！不是“更好”——而是不同！那只是你的判断。在客观实在中，无所谓“更好”或者“更坏”。只有现实，以及你希望看到的现实。

热不比冷好，上不比下好——这个道理我已经讲过。因而，女性并不比男性好。性别只是性别。就像你只是你。

然而你们之中没有人受到限制。你们可以成为你们想成为的人，选择你们想要的经验。在此生或者来生，或者来生的来生——正如你们在前生做过的那样。你们每个人永远是有选择的。每个人都能够决定自己的性别。每个人体内都有雄性和雌性。你们在表达和经验哪种性别时感到快乐，就去表达和经验哪种性别吧。然而要知道，你们每个人都可以选择成为男人或者女人。

我现在不想换到其他话题。我希望深入地探讨这个性别问题。在上一卷的结尾，你承诺要更加详细地讨论男女之间的性事。

是的，我想现在是我们——你和我——谈论性的时候了。

# Chapter 07

你为什么创造了两性呢？你认为我们只能通过这种方式繁殖吗？我们应该怎样对待这种叫作性生活的美妙经验呢？

当然不要觉得羞耻。不要觉得内疚和害怕。

因为羞耻并非高尚，内疚并非善良，害怕并非光荣。

不要怀着淫念，因为淫念并非情欲；不要想着禁欲，因为禁欲并非自由；不要强迫对方，因为强迫并非渴望。

显然，也不要想着用性控制别人或者获取权力，因为这些和爱毫无关系。

但是……是否可以只是为了个人满足而性交呢？答案令人吃惊：可以的——因为个人满足是自爱的同义词。

长久以来，个人满足一直遭到严厉谴责，所以人们对待性总是怀着强烈的负罪感。

人们说，你们不能将某种具有个人满足功能的东西用于个人满足！这种说法明显是自相矛盾的，但你们不知道该怎么办！于是你们决定，如果你们在性交期间和过后觉得很美好，你们将会为此感到内疚，你们觉得这样至少还能说得过去。

这就像那个你们所有人都认识的歌星（她的名字我在这里就不说了）。她通过唱歌赚到了数百万美元。有人问她怎么看待她成功的歌唱生涯及获得的财富，她说："我简直有点内疚，因为我非常热爱做这个。"

她的言下之意很明显。如果你做的事情是你热爱的，那么你就不该从中赚钱。大多数人通过做他们讨厌的工作（至少应该是某些困难

的工作，而非能够带来无尽乐趣的工作）来赚钱。

所以这个世界的看法是：如果你对它有负面的感受，那么你就可以享受它！

你们通常用内疚来对某样让你们觉得好的东西产生坏的感受——以此来让你们自己和神达成和解……你们以为神并不想让你们对任何东西产生好的感受！

你们尤其不该觉得身体的愉悦是好的。千万不能觉得“性”是好的（你的奶奶过去经常在你耳边低声地这么说）。

现在有个好消息：热爱性是完全没问题的！

热爱你的自我也是没问题的！

实际上，你必须热爱性和你的自我。

对性交（或者其他任何东西）上瘾确实对你没有好处。但热爱它是“可以”的。

每天请说十次：

我爱性

再说十次：

我爱钱

现在你想来个劲爆的吗？请说十次：

我爱我！

下面这些东西也是人们认为你不该爱的。去爱它们吧：

权力

荣誉

名望

成功

胜利

还想再来点吗？试试这些。如果你爱它们，那么你真的应该感到内疚哦：

别人的爱戴

变得更好

拥有更多

明白怎么做

明白为什么

够了吗？且慢！这里还有最大的愧疚。你最应该愧疚的时候，就是当你觉得你：

认识神

难道这不是很有趣吗？让你终身感到愧疚的竟然是

这些你最想要的东西。

然而我告诉你：去热爱你想要的东西吧——因为你对它们的爱，能够将它们吸引到你身边。

这些东西是生活的要素。如果你爱它们，你就是爱生活！如果你宣布你渴望它们，你就宣布了你选择所有由生活提供的好东西！

所以选择性吧——所有你能得到的性！选择权力吧——所有你能

掌控的权力！选择名望吧——所有你能获得的名望！选择成功吧——所有你能取得的成功！选择胜利吧——所有你能经验的胜利！

然而别用性代替爱，而是把它作为爱的庆典。别用权力来欺压人，而是用它来救济人。别把名望本身视为目标，而是视为达到更宏伟目标的手段。别为了成功而让他人付出代价，而是把它作为帮助他人的工具。别选择造成他人失败的胜利，要选择那种无损于人、甚至有益于人的胜利。

勇敢地去选择别人的爱戴吧——但要明白别人也可以是你爱戴的对象，并且去爱戴他们！

勇敢地去选择变得更好吧——但不是变得比其他人更好，而是比原来的你更好。

勇敢地去选择拥有更多吧，但这只是为了你有更多可以付出。

是的，去选择“明白怎么做”和“明白为什么”吧——这样你就能和别人分享所有的知识。

无论如何要选择认识神　。实际上，先选择这个　，别的一切将会随之而来。

你终生受到的教育是付出比索取要好。然而你无法付出你并不拥有的东西。

所以自我满足才会如此重要——所以它受到鄙夷是十分不幸的事情。

显然，我们在这里讨论的并非损害他人利益的自我满足。这并不是提倡你忽略他人的需求。然而你在生活中也不该忽略你自己的需求。

给予你自己大量的欢乐，你将会有大量的欢乐可以给予别人。

佛教密宗的性爱大师懂得这个道理。所以他们鼓励自慰，而你们

有些人实际上认为自慰是一种罪。

自慰？老兄——你真的太过分啦。这可是一本来自神的书啊，你居然谈到这样东西，你怎么可以说起这个词？

我知道。你对自慰有看法。

我没有，但许多读者可能会有。如果我没记错的话，你说过我们正在制造的这本书是要给其他人看的。

是的。

那你为什么要故意冒犯他们呢？

我没有“故意冒犯”任何人。人们可以选择是否被“冒犯”，那是他们的自由。可是你真的觉得我们能够坦率和开放地谈论人类的性生活，同时又不会使得某些人感到被“冒犯”吗？

没有，但这样的话题太过分啦。我认为大多数人尚未做好聆听神谈论自慰的准备。

如果在这本书中神只谈论大多数人准备聆听的问题，那么它将会是一本微不足道的书。当神说话时，大多数人对神说的话都没做好聆听的准备。他们通常要等上两千年。

好吧，你继续说吧。我们已经没有刚才那么震惊了。

很好。我只是用这种生活经验（顺便说一声，你们每个人都曾参与这种经验，但却没有人愿意提起它）来说明一个大道理而已。

我再告诉你这个大道理：给予你自己大量的欢乐，你将会有大量的欢乐可以给予别人。

密宗（该宗派对性的表达方式恰好是非常高级的）的上师知道，如果你带着性饥饿去性交，那么你取悦对方、经验到灵魂和肉体欢乐而长久地交融（顺便说一声，这正是经验性爱的至高理由）的能力就

会大大下降。

因而，密宗的恋人往往先是自我取悦，然后才去取悦对方。他们通常当着对方的面取悦自我，并且彼此鼓励和帮助，充满爱意地给对方指引。然后，等到最初的饥饿得到满足，双方更深的渴望——对长时间交合带来的狂喜的渴望——就能够得到极大的满足。

淋漓尽致的性生活是欢愉的、活泼的、充满爱意的，它由几个部分组成，这种相互的自我愉悦便是其中之一。你们所谓的交媾、做爱也许只能持续两个小时。也许还不到。对于你们大多数人来说，那顶多就是一次二十分钟的运动。也就是说，如果能坚持二十分钟，你们就要谢天谢地啦。

我可没想到这本书会变成性爱手册。

它不会。但就算它真的变成性爱手册，那也没什么不好的。关于性生活，以及它最神奇、最有益的表达方式，大多数人仍所知无多。

然而我想说明的还是那个大道理。你给予你自己越多的欢乐，你就有越多的欢乐可以给予别人。同样地，如果你给予你自己力量而得到欢乐，你就有更多的力量可以和别人分享。关于名望、财富、荣誉、成功或者其他任何让你感觉良好的东西，情况亦是如此。

对了，我觉得我们应该来探讨为什么有些东西会让你“感觉良好”。

好吧，就听你的。为什么呢？

“感觉良好”是灵魂大喊“这就是我！”的方式。

好比你在教室里上课，老师在点名，当你听到自己的名字时，你不得不说“到”，对吧？

对的。

嗯，“感觉良好”是灵魂说“到！”的方式。

现在有很多人对这种“去做让自己感觉良好的事情”的想法冷嘲热讽。他们说这是通往地狱之路。然而我说这是通往天堂之路！

当然，这要看你说的“感觉良好”是什么。换句话说，哪种经验让你感觉良好？然而我告诉你吧：没有任何进化是通过否定而实现的。如果你现在就要进化，那将不会是因为你有能力成功地向自己否定那些让你“感觉良好”的东西，而是因为你赋予自己这些欢乐——并发现了某些更“美妙”的事情。因为假如你从来不曾品尝过“差劲”，你如何能够认识某样东西是“美妙”的呢？

宗教让你们听它的话。这正是所有宗教必定失败的原因。

而灵性将会永远获得成功。

宗教要求你们学习别人的经验。灵性催促你们寻找你们自己的经验。

宗教无法容纳灵性。它无法忍受灵性。因为灵性可能会引导你们得出有悖于某个特定宗教的结论——而这种情况，是没有哪个现存的宗教能够容忍的。

宗教鼓励你们探索别人的思想，将它们视为自己的思想。灵性邀请你们扔掉别人的思想，创造出你们自己的思想。

“感觉良好”是一种方式，你用它来告诉你自己：你（在产生良好感觉之前）最后的思维是真相、最后的话语是智慧、最后的行动是爱。

只要看看让你“感觉良好”的是什么，就能明白你取得了多么遥远的进展、多么高级的进化。

别通过否定或者避开那些让你“感觉良好”的东西来强迫你自己在进化的路上走得更远、更快。

自我否定即是自我毁灭。

然而你要明白这个道理——自我规范并不等于自我否定。自我规范是主动的选择：人们决定自己的身份，并依据这个决定去做或者不做某些事情。如果你宣称你自己是尊重他者权利的人，那么不去盗窃或者抢劫他们、不去强奸和掠夺的决定根本就不可能是“自我的否定”。那是自我的宣言。所以说要衡量一个人在进化的道路上走了多远，只要看看让他“感觉良好”的是什么就可以。

假如不负责任地去行动，假如以某种你明知会损害别人或者给别人带来麻烦或痛苦的方式去做事，你就会“感觉良好”，那么你在进化的道路上走得不是很远。

觉悟是这里的关键所在。各个家庭和社区中的年长者的任务是，在年轻人中创造和传播这种觉悟。神的使者从事的工作与此相同：提升所有人的觉悟，让他们明白伤害或者帮助一个人，即是伤害或者帮助全部人——因为我们是一体。

当你从“我们是一体”的立场出发，你绝对不可能发现伤害别人让你“感觉良好”。所谓的“不负责任的行为”将会消失。正是在这些参数之内，进化中的生灵才能经验生活。正是在这些参数之内，我才会建议你们允许自己去拥有生活提供的一切——你们将会发现，生活提供的比你想到的更多。

你是你所经验的。你经验你所表达的。你表达你所拥有的。你拥有你赋予自己的。

我很喜欢这个观点——但我们可以回到原来的问题吗？

可以啊。我创造两种性别的原因，跟我赋予万物、赋予整个宇宙以“阴”和“阳”两种属性的原因是相同的！男性和女性是阴阳的组成部分。在你们的世界中，男女是阴阳最高级的生命表现形式。

阴阳的表现形式有很多种。两性是其中之一。

阴和阳、此和彼、这和那、上和下、热和冷、大和小、快和慢、物质和反物质……

必须有所有这些二元对立，你才能经验到你现在认识的生活。

我们应该怎样表达这种叫作性能量的东西呢？

怜爱地。开放地。

活泼地。欢乐地。

勇敢地。热切地。神圣地。浪漫地。

幽默地。自发地。动人地。创新地。坦荡地。感性地。

当然，还有经常地。

有人说人类性生活唯一的合法目的是繁衍子息。

胡说八道。繁衍子息是大部分人类性经验的快乐后果，而非其逻辑前提。那种认为性只能用于生男育女的观点是非常幼稚的；有种相关的想法认为若不想再生孩子，则必须停止性生活，这种想法比幼稚还糟糕。它违背了人类的本性——而那种本性可是我赐予给你们的。

性表达是一种永恒的吸引过程和有节奏的能量流不可避免的结果。生活中的一切都是由那种能量流驱动的。

我给万物灌输了一种能量，这种能量将它的信号发送到全宇宙。所有的人、动物、花草、岩石、树木，所有有形的东西，都像无线电发射器那样放射出能量。

现在你正从你所处的位置向四面八方送出能量，放射能量。这种能量——就是你——以电波的模式向外移动。这种能量离开你，穿过墙壁，越过山脉，经过月球，直到永恒。它永远、永远不会停止。

每个你有过的想法都会影响这种能量。（假如你想念某个人，而对方又足够敏感，那么她或他就能感受到你的思念。）每个你说过的字眼都会改变它。每件你做过的事情都会左右它。

你发射这种能量的振幅、速度、波长和频率不断地随着你的想法、心情、感受、话语和行动而改变。

你曾经听人说过“发出善意的信号”，这句话说的是实情。这种说法是非常准确的！

从本质上来讲，其他所有人做的也是相同的事情。于是以太——你们之间的“空气”——充满了能量；这些相互交织的个人“信号”形成的矩阵如同一张地毯，其复杂程度是你永远想象不到的。

这种编织物便是你们生活在其中的复合能量场。它十分强大，影响到万事万物。包括你。

然后呢，由于受到别人向你发送而来的信号的影响，你会发送出各种新创造的信号，这些信号反过来加入到矩阵之中，引发它的变化——这反过来影响到其他所有人的能量场，影响到他们发送的信号，进而影响到矩阵——这矩阵又影响你……如此循环无穷。

现在你可能觉得这纯粹是天花乱坠的胡说——但你难道不曾走入某个“空气凝重得能用刀将它切开”的房间吗？

难道你没有听说过，有两个科学家分处地球的两端，同时研究相同的问题，各自在对方不知情的情况下钻研那个问题，然后突然之间，他们各自独立地、同时地得到相同的解决方法吗？

这些是屡见不鲜的事情，它们是矩阵存在的明证。

矩阵——无远弗届的复合能量场——是强大的信号。它能够直接冲击、影响和创造各种有形的物体和事件。

（若有两个或以上的人以我的名义聚合……）

你们的通俗心理学管这个能量矩阵叫做“集体意识”。它能够而且确实影响你们星球上的万事万物。你们的星球究竟是战火纷飞还是和平安定、山崩地裂还是风和日丽、瘟疫横行还是病痛绝迹，无不受到

它的影响。

所有这些皆是意识的后果。

你个人生活中更为具体的事件和境况亦是如此。

你说的很有趣，但跟性有什么关系呢？

耐心点。下面我就说到啦。

世界上的所有事物一直在交换能量。

你的能量不停地向外散发，触碰其他所有事物。其他所有事物和所有人也都在触碰你。但现在有件好玩的事情发生了。在你和其他所有事物之间的某个点，这些能量交汇了。

为了更为形象地描述，让我们想象房间里的两个人。他们分别处在房间的两端。我们叫他们汤姆和玛丽。

现在汤姆的能量四面八方地向宇宙发出有关汤姆的信号。有些能量波击中了玛丽。

与此同时，玛丽也在散发她自身的能量，其中有些击中了汤姆。

但这些能量以某种你可能从未想到的方式相遇。它们在汤姆和玛丽之间的中点交汇。

他们的能量彼此交融（别忘了，这些能量是物理现象，它们能够被测量和感知），合成一种新的能量单位，我们可以称之为“汤玛丽”。它是汤姆和玛丽复合而成的能量。

汤姆和玛丽完全可以称这种能量为“我们的结合体”——因为它就是那样的：它是将双方联系起来的能量体；双方绵延不绝地将能量输给它，而它又通过永远存在于矩阵中的线路或者渠道将能量回馈给它的两个“母体”。（实际上，这种“渠道”就是矩阵。）

这种“汤玛丽”的经验正是汤姆和玛丽的真相。双方正是受到这种神圣结合的吸引。因为他们通过渠道感受到那结合体、那统一体、那光荣联合体的至高欢乐。

分开站立着的汤姆和玛丽能够切实地感受矩阵中的情况。双方受到这种经验的强烈吸引。他们想要彼此靠近！立刻靠近！

现在他们受过的“训练”出现了。世界已经训练他们慢下来，怀疑那种感受，保护自己免遭“伤害”，抑制自己的情感。

但灵魂想要认识“汤玛丽”，现在就认识！

如果这两个人是幸运的，他们将会有足够的自由去抛开他们的怕，并相信他们之间唯有爱。

现在这两个人已经无可挽回地遭到他们的结合体的吸引。汤姆和玛丽已经在无形中经验了汤玛丽，他们想要实实在在地经验它。他们想要共同靠近。那并非彼此靠近。虽然在旁人看来是那样的。但他们各自想要靠近的是汤玛丽。他们努力要到达已经存在于他们之间的那个神圣联合体所在的地方。他们已经知道在那个地方他们是一体，也知道融为一体是什么感受。

所以这两个人迈向他们正在经验的这种“感受”，他们越走越近，逐渐“缩短线路”，于是双方输送给汤玛丽的能量所经过的路程也越来越短，强度从而变得越来越大。

他们靠得更近了。距离变得更短，强度变得更大。他们再靠近一些，强度再次增长。

现在他们相隔只有几尺。他们的结合体越来越炽热，以惊人的速度颤动着。双方与汤玛丽之间的“联系”越来越稠密，越来越宽广，越来越明亮，由于难以置信的能量交换而发热。人们说这两个人“欲火焚身”。确实如此！

他们贴得更近了。

现在，他们触碰到对方。

那种感觉简直让人受不了。太美妙啦。在相互触碰的刹那间，他们感受到了汤玛丽的所有能量——他们的复合体所有那种浓密而稠厚的统一实质。

如果你让自己处在最敏感的状态，当你们相互触碰时，这种美妙而圣洁的能量会令你感到颤栗——有时候这种颤栗会走遍你全身；或者当你们相互触碰时，你会感到火热——这种火热也可能会袭遍你全身，但它主要集中在你的丹田（亦即能量中心）深处。

能量在丹田中燃烧得特别强烈——现在可以说汤姆和玛丽都为对方而“发热”！

这时双方相互拥抱，他们之间的距离又缩短了，汤姆、玛丽和汤玛丽差不多位处相同的地方。汤姆和玛丽能够感觉到他们之间的汤玛丽，他们想要靠得更近，想要切切实实地和汤玛丽相融。想要变成有形的汤玛丽。

我创造的男性身体和女性身体能够那么做。此时，汤姆和玛丽的身体准备那么做。汤姆的身体现在准备要真的进入玛丽。而玛丽的身体则已准备好真的接纳汤姆。

那种颤栗和火热的感觉现在愈演愈烈，美妙得难以言喻。双方的身体合二为一。汤姆、玛丽和汤玛丽变成一体。活生生地。

他们之间的能量仍在流动。急切地。热烈地。

他们喘息。他们蠕动。他们拼命得想要得到对方，拼命地想要彼此贴近。他们努力相互接近。接近。再接近。

他们爆炸了，真的爆炸了，他们整个身体扭曲着。震波荡漾到他们的指尖。在这合二为一的爆炸中，他们认识到男神与女神、最初与最终、实在与虚无，认识到生活的本质——那种此在的经验。

这个过程也包含了某些物理化学反应。双方合二为一，而且通常会创造出第三个实体。有形的实体。

汤玛丽的化身就是这样被创造出来的。这两个人用他们的肉和血创造出有血有肉的实体。

他们真的创造了生命！

难道我没说过你们都是神吗？

在我听过的对人类性生活的描述当中，这是最美丽的。

如果你想看到美丽，那么你看到的就是美丽。如果你害怕看到美丽，那么你看到的就是丑陋。

要是知道有多少人觉得我刚才说的话很丑陋，你或许会大吃一惊。

我不会吃惊的啦。我早见识过啦，这世界已经把太多的恐惧和丑陋安放在性周围。但你这种说法确实令人疑窦丛生啊。

你有疑窦我可以解答啊。但请允许我再稍微深入地展开刚才的话题，然后你再提问吧。

没问题，请继续。

我刚刚描述的这种舞蹈，我刚刚解释的这种能量，时时刻刻都在发生——在万事万物之中发生。

你的能量如金色的光芒般从你身上发出，它持续地和其他所有事物、其他所有人发生接触。双方的距离越近，彼此之间的能量就越强大。而距离越远，就越微妙。然而你从不曾完全和任何事物分离。

你和所有其他人、地点或存在物之间有个点。这个点是两种能量交汇、形成第三种强度较低然而同样真实的能量单位的地方。

这个星球上——以及宇宙里——的所有人和所有事物不停地朝所有方向散发能量。这些能量相互交错，它们编织成的网络极其复杂，就连你们最先进的电脑也无法分析。

这些错综复杂、彼此交织的能量在一切你们称为物体的东西之间流动，正是有了这些能量，物体才能得以存在。

这就是矩阵，我先前谈过的。你们正是通过这个矩阵彼此发送信号——各种信息、意义、疗效和其他物理效应。这些信号有时候是由个人创造的，但大多数是由集体意识创造的。

正如我已经解释过的，这些数量难以计算的能量相互吸引。这叫作吸引律。在这种规律当中，同类相吸。

思维通过矩阵吸引与之相同的思维——假设足够多的相同能量“聚集起来”，那么它们的振动就会变得沉重，振动的速度将会慢下来，有些于是变成了物质。

思维确实能够创造有形之物——当许多人想着相同的事情，他们的想法非常有可能会实现。

（所以“我们将会为你祈祷”才是十分强大的宣言。有太多例子证明共同祈祷是有效的，这些事例足够写成一本书。）

负面的思维也确实能够创造“效应”。例如，那种害怕、愤怒、匮乏或者贫困的全球意识，能够在全世界范围内，或者在某个这些集体观念最为强烈的特定地区，创造出相应的经验。

举例来说吧，你们地球上有个国家叫作美国，长久以来它自认是一个“在神之下、不可分割、所有人享有自由与正义”的国家。该国能够成为地球上最强大的国家，绝对不是偶然的。然而该国如今逐渐失去它曾费尽心血所创造的一切，也并不令人意外——因为该国似乎丧失了它最初的宏图。

“在神之下、不可分割”这几个字义如其文，它们表达的是宇宙间

万物皆统一的真相——这种一体性的矩阵是非常难以破坏的。但该矩阵已经遭到了削弱。宗教自由变成了倡导排斥异己的宗教自大。个人自由荡然无存，因为个人责任已经销声匿迹。

个人责任的观念遭到曲解，现在它意味着“每个人为自己负责”。这种新哲学自以为它呼应着的是早期美国的绝对个人主义传统。

但支撑美国之宏图和美国之梦想的基础却是个人责任最初的意义，它最深的意蕴和最高的表达只能在同胞之爱中找到。

美利坚之所以成为伟大国家，并不是因为每个人都为其自身的生存而奋斗，而是因为每个人都肩负着为所有人的生存而奋斗的个人责任。

从前的美国不会对饥饿者视若无睹，不会将贫穷者拒之千里，它会向身心俱疲者和无家可归者敞开双臂，它会与全世界分享它的丰裕。

然而在美国变得伟大的过程中，美国人变得贪婪了。并非全部人均是如此，但为数众多。而且随着时间的前移，贪婪的美国人越来越多。

美国人明白拥有财富十分美好，所以他们想要拥有更多。然而拥有越来越多财富的方法只有一种。那就是让别人拥有的财富变得越来越少。

于是贪婪取代慷慨，成为美国的国民性，同情穷苦者的人也越来越少。贫困者被告知，他们之所以家徒四壁，那是他们自己犯了“该死的错误”。毕竟美国是机会之地，对吧？除了贫困者，没有人愿意承认美国的机会其实是有限的，社会制度将机会都留给了那些处于有利地位的人。总体而言，这些人当中并没有弱势群体，比如那些属于某种肤色或者性别的人。

在国际社会上，美国人也逐渐傲慢起来。全球挨饿的人数以百万计，美国人每天却将足以养活许多国家的食物扔掉。是的，美国对某

些国家确实很大方——但它的外交政策越来越成为其自身既得利益的延伸。美国也会帮助其他国家，但前提是这么做对美国有好处。（也就是说，美国不会帮助其他国家，除非这么做对美国的高官显爵、富商巨贾、保护这些上层阶级的战争机器和他们的集体财产有好处。）

美国的开国理念——同胞之爱——已经遭到侵蚀。现在美国的权贵不会想要成为“同胞的守护者”，他们转而信奉一套全新的美国主义：死死地保卫自己的利益，对那些胆敢要求得到公平对待、改变悲惨处境的穷人冷嘲热讽。

每个人必须为其自身负责，这诚然是正确的。但只有在每个人把所有人视为整体、愿意为所有人负责时，美国——以及你们的世界——才能繁荣昌盛。

也就是说，集体的意识导致集体的结果。

正是如此。这个道理在你们的历史上反复得到证明。

矩阵吞噬其自身——这正是你们的科学家描绘的所谓黑洞现象。它让同类能量相互吸引，甚至让物体相互靠近。

这些物体随后必须相互排斥，相互离开，否则它们将会永远地融合——实际上，它们现有的形状将会消失，以新的形状出现。

有意识的生灵全都本能地明白这个道理，所以全体有意识的生灵都避免这种永恒的融合，以便维持它们和其他生灵的关系。如果不这么做，它们将会融进所有其他生灵之中，并经验到永远的一体状态。

我们正是从这种永远的一体状态中走出来的。

离开这种状态之后，我们不断地重新被它吸引。

这种来回“往复”的运动是宇宙的基本节奏，万物均处于这种运动当中。而所谓性，就是神人合一的能量交换。

你不断受到他人的吸引，这种引力推动你去和他人（以及矩阵里

的一切）统一；然后呢，在统一的时刻，你又有意识地选择了避开这种统一。你选择了脱离它，以便能够经验它。因为你若是成为统一的组成部分，你将无法认识到它便是统一，原因是你不再认识分离。

也就是说，若要认识到其自身便是宇宙间的一切，神必须认识到其自身并非宇宙间的一切。

通过你，以及通过宇宙里每个其他能量单位，神认识到其自身是全体的部分，从而能够通过其自身的经验认识到其自身便是全体的全体。

唯有通过经验非我，我才能经验到我。然而我即是非我——所以你应该明白这种神圣的二元论。因而我才会宣称：我就是我。

正如我说过的，这自然的循环往复，这宇宙的自然节奏，是一种典型的特征，它属于所有生命——包括那种在你们的实在中创造生命的运动。

你们仿佛受到某些急切力量的推动，拼命地贴近对方，然后却又彼此分开，然后迫切地再次相互靠近，再次分开，再次饥渴地、激烈地、迫切地寻求彻底的结合。

结合-分离、结合-分离、结合-分离，你们的身体就这样舞动着；这种运动是如此简单、如此本能，乃至你们根本无需刻意为之。有时候你们会自动跳起这种舞蹈。你们无需告诉身体怎么做。在生命的催促之下，它们会直接进行这种运动。

这就是生命本身，表达着其自身的便是生命本身。

这是在其自身最亲密的经验中制造新生命的生命本身。

所有生命皆以这种节奏运转，所有生命全都拥有这种节奏。

所以全部生命均蕴含着神的温柔节奏——你们称之为生命的周期。

庄稼以这样的周期成长。季节来了又走。星球自转和公转。太阳爆炸和坍缩，然后再次爆炸。宇宙吸气和呼气。所有这些无不以与神——亦即全体——的频率相符的周期、节奏和振幅而发生着。

因为神便是全体，神便是一切，除了神，宇宙间别无所有；而一切存在于过去，存在于如今，亦将存在于将来，你们的世界将永无末日。

阿门。

# Chapter 08

和你谈话真有意思，因为你给出的问题总是比答案多。除了性，我对政治也有许多疑问。

有人说性和政治是一回事，在政治领域，你们所做的无非就是……

等等！你不会又想爆粗口吧？

是啊，我想我应该来点劲爆的。

喂，拜托！别说啦！神不应该说脏话的！

那你们为什么说呢？

我们大部分人不说的啊。

你们不说？真是活见鬼了。

那些敬畏神的人不说！

哦，我明白啦，你们必须敬畏神，才能做到不去冒犯他。

而谁又告诉你们我会被简单的一句话冒犯呢？

还有，你们有些人在高潮时会用某个字来描绘伟大的性，然而你们也用这个字来骂人，你不觉得这很有意思吗？难道你不觉得这跟你们对性生活的感受方式有关吗？

我看是你弄错了。我不认为人们会用那个字来形容美妙的、真正浪漫的性生活。

真的吗？你最近有去过谁家的卧室吗？

没有。你呢？

我一直在所有人家的卧室里。

哦，那大家就不会难为情啦。

什么？你是说你们在卧室里做的事情，不能在神面前做吗？

有人看着感觉都怪怪的啦，更何况是神在看着。

然而在有些社会里面，比如说在澳大利亚土著部落中，或者在某些波利尼西亚群岛上，做爱是相当公开的事情。

是的，可是大多数人还没有进化到那种自由的境界。在人们看来，这样的行为无异于退化——使人退化到异教徒或野蛮人的状态中。

这些你称为“异教徒”的人极其尊重生命。他们不知道什么是强奸，在他们的社会里，也没有杀人这回事。你们的社会把性——非常自然、正常的人类功能——藏起来，然后转过身去，公开地杀人放火。这才是令人恶心的。

你们把性变成了十分肮脏可耻的禁忌，所以你们才会觉得做爱很难为情！

胡说八道。大多数人只是对性持有不同的——他们甚至可能会说是更高级的——礼教观念。他们认为性是私密的交流；在有些人看来，性是人际关系中的神圣部分。

缺少私密并不等于缺少神圣。人类最神圣的仪式大部分是公开举行的。

请别混淆私密和神圣。人类最恶劣的行为大部分是在私下进行的，你们只选择最高尚的行为公之于众。

我并不是提倡当众做爱，我只是想指出，私密未必等于神圣——

公开也不会夺走你们的神圣。

至于礼教，在人类所有的观念当中，就限制男女最大的欢乐而言，它和它背后的行为规范仅次于那种认为神会惩罚人的理论。后者则使人们不敢尽情地享乐。

你明显对礼教有看法嘛。

“礼教”的问题在于，必须有人来制定标准。由别人来规定你们应该为哪些事快乐，这自然意味着你们的行为会受到别人的限制、引导和指使。

就性生活和其他方面的事务而言，礼教不但会“限制”你们的本性，它还会毁灭你们的本性。

有的人觉得他想要经验某些东西，然后却踌躇不前，因为他认为自己所梦想和渴望的东西将会违背“礼教的标准”，这是最可悲的事情！

你可别忘了，他们并非不想那么做，只是那么做是违背“礼教”的。

永远、永远不要只是因为某样事情可能违反别人的礼教标准而不去做，不仅在性生活方面应当如此，在生活的其他方面亦当如此。

如果我要给轿车保险杠贴上标语的话，上面将会写着：

打破礼教的枷锁

我肯定会在每个卧室贴上这样的标语。

但我们关于“对”与“错”的观念是社会的粘合剂。如果没有就对错达成相同的看法，我们如何能够共同生活呢？

“礼教”和你们那种“对”或“错”的相对价值观毫无关系。你们可能一致认为杀人是“错”的，但你们会一致认为在雨中裸奔是“错”的吗？

你们可能一致认为搞邻居的太太是“错”的，但以某种特别爽的方式“搞”你们自己的太太，或者让你们的太太用某种特别爽的方式“搞”你们，你们会一致认为那是“错”的吗？

“礼教”指涉的往往不是法律条文，而是关乎“得体”的规定。

“得体”的行为未必总是能够带来你们所谓的“最大利益”。这种行为很少给你们带来最大的欢乐。

那么按照你的意思，在性生活当中，只要当事者与受影响者均同意，任何行为都是可以接受的咯？

生活当中的一切不应该都是这样的吗？

但有时候我们不知道谁将会受到影响，或者……

那你就得当心啦。你必须小心谨慎。当你们真的无法知道、无法猜到时，你们要本着爱去行动，哪怕会因此而犯错。

做出任何决定的核心问题是：“现在爱会怎么做？”

这里的爱是爱自己的爱，也是爱所有其他当事者和受影响者的爱。

如果你爱某个人，你将不会做任何你认为可能会伤害那个人的事情。如果尚有疑虑，那么你将会耐心等待，直到你能够看清情况。

但这意味着人们能够让你“投鼠忌器”。他们只要说这事那事会“伤害”他们，你的行动就受到限制啦。

那只是受到你的自我的限制。难道你愿意去采取那些会让你所爱之人受到伤害的行动吗？

如果你因为没有去做某件事而觉得难受呢？

那么你一定要向你所爱之人说出你的真相——说你因为没有去做

某件事而感到伤心、沮丧、萎靡，说你想要去做这件事，说你希望你所爱之人同意你去做。

你一定要争取对方的同意。争取各自让步，寻找一种让每个人都能获益的行动方案。

假如找不到这样的方案呢？

那么我愿意重复我以前说过的话：

为了

不背叛别人

而背叛

自己，

其实

也是

背叛，

而且是

最高的背叛。

你们的莎士比亚也表达过这层意思：

若要对你的自我忠实，

你必然，像夜之随昼那样必然，

不能对任何人

有所瞒骗。

但如果人总是“追随”自己想要的东西，那么就会变得非常自私。我不相信你会提倡这个。

你的假设是，人总是做出你所谓的“自私的选择”。我告诉你吧：人能够做出最崇高的选择。

然而我还要告诉你：

最崇高的选择未必是那种似乎对别人有好处的选择。

也就是说，有时候我们必须把我们自己放在首位？

你们必须永远把你们自己放在首位啊！然后根据你们想要做的事情，或者想要经验的事情，再去做出你们的决定。

如果你们的目标——生活目标——非常高尚，你们的选择也将会非常高尚。

把你们自己放在首位并不意味着你所说的“自私”，而是意味着自我觉悟。

你给人类事务定下的规矩倒是宽松得很。

只有施行最大的自由，才有最大的成长可言，也才能实现最大的成长。

如果你所做的无非是遵守别人的规矩，那么你这不是成长，而是服从。

与你们的设想正好相反，服从并非我想要从你们这里得到的东西。服从不是成长，而我想要的是成长。

假如我们没有“成长”，你就会把我们打入阴曹地府，对吧？

不对。这个问题我在第一卷已经讲过，等到了第三卷，我们再来仔细讨论。

好啊。既然你定的规矩这么宽松，在我们讨论其他话题之前，我能再提几个有关性的问题吗？

问吧。

如果性是人类经验如此美妙的组成部分，为什么有许多的灵性导师宣扬禁欲呢？为什么有很多大师不近女色呢？

这跟他们大多数人过着朴素生活出于相同的原因。那些进化到高级理解层次的人能够让他们的身体欲望与他们的精神及灵魂处于平衡状态。

你们是由三部分组成的生灵，大多数人只经验到他们的身体。许多人在年过三十之后，甚至忘记他们的精神。没有人继续看书。没有人写作。没有人教导。没有人学习。精神遭到遗忘。它得不到养分。它并没有增长。没有新的输入。只有最低限度的输出。精神没有食粮。它没有觉醒。它浑浑僵僵，糊里糊涂。你们竭尽所能去摆脱它。看电视，看电影，看庸俗读物。反正你们什么都做，就是不要思考、不要思考、不要思考！

所以大多数人生活在身体的层次上。喂身体进食，为身体穿衣，给身体“东西”。大多数人许多年不曾看过一本好书——我指的是能够让你们学到知识的书。但他们能够告诉你整个星期的电视节目表。这说起来真是让人伤心欲绝。

实际上，大多数人根本不想主动思考。他们选举领袖，他们支持政府，他们皈依那些不要求独立思考的宗教。

“替我解决呀。告诉我怎么做呀。”

大多数人想要的是这个。我坐在哪里？我何时起立？我如何敬礼？我何时付钱？你希望我做什么？

规矩是什么？哪些我不能做？告诉我，告诉我，告诉我吧！只要有人告诉我，我就会去做！

然后他们心生怨恨、大失所望。他们遵守所有的规矩，他们依照别人的吩咐去做。到底怎么回事啊？生活何时变得辛酸？它何以会支离破碎？

当你抛弃你的精神——你拥有的最伟大的创造性工具——时，你的生活就变得支离破碎。

是时候重新和你的精神交朋友啦。与它做伴吧——它是那么孤单。喂它进食吧——它是那么饥饿。

有些人——少数人——明白你们拥有身体和精神。这些人将他们的精神照顾得很好。可是，即使是这些尊重精神——和各种精神事务——的人，顶多也只能运用精神十分之一的能力，而且能用到这么多的人还是少数。如果你们知道你们的精神能够做些什么，你们将会永不停止地利用它的功能，和它的力量。

假如说懂得如何在身体和精神之间平衡生活的人为数不多，那么明白你们是由三部分——身体、精神、灵魂——组成的生灵的人则是凤毛麟角。

然而你们是三位一体的生灵。你们不仅仅是你们的身体，也不仅仅是身体加上精神。

你有喂养你的灵魂吗？你曾经注意过它吗？你是在治疗它还是在伤害它？你是在成长还是在凋零？你是在扩张还是在萎缩？

你的灵魂像你的精神那样孤独吗？甚或更加受到冷落？你在什么时候最后一次感受到你的灵魂得到表达？你在什么时候最后一次欢乐地大喊？创作诗歌？谱写乐曲？在雨中起舞？烘焙馅饼？随意作画？修理某样坏掉的东西？亲吻婴儿？把猫举到面前？登山？裸泳？在日出时散步？吹口琴？通宵长谈？接连几个小时在沙滩上、在树林里做爱？与大自然交流？寻找神？

你上次默然独坐、漫游至生命最深处的部分是什么时候？你上次和你的灵魂打招呼是什么时候？

假如你像单相的生物那样去生活，你就会深陷于身体的事务之中，金钱、性爱、权力、财产、生理的刺激和满足、安全感。名望、收入。

假如你像双相的生物那样去生活，你所关心的将会包括精神的事务在内。情义、创新、新思维和新观念的刺激、新目标和新任务的创造、个人的成长。

假如你像三相的生灵那样去生活，你终将让你自己处于平衡的状态。你所关心的包括灵魂的事务：灵性的身份、生活的目标、与神的关系、进化的路径、灵性的成长、终极的命运。

由于进化到的意识境界越来越高，你将能够完全实现你的生命的每个要素。

然而进化并不意味着为了自我的某个要素而抛弃其他要素。它只意味着放宽视界，别再执迷不悟地专注于某个因素，而是对所有因素都怀有真正的爱和欣赏。

那为什么有许多导师呼吁彻底戒色呢？

因为他们并不相信人类能够取得平衡。他们认为性能量——以及各种围绕其他世俗经验的能量——太过强大，无法简单地加以调节和平衡。他们认为禁欲是通往灵性进化的唯一途径，而非仅仅是灵性进化的可能结果。

然而有些进化到很高境界的人摒绝了性，这是真的吗？

那并不是传统意义上的“摒绝”。那不是强行放弃某样你仍然想要但知道“要了不好”的东西。那无非是简单的摆脱、远离而已——就好比你推开摆在自己面前的第二道餐后甜点。并非因为甜点不够好。甚至也不是因为它对你来说不好。而只是因为，尽管它很美味，但你已经吃够了。

当你能够因为这个原因而抛下你的性活动，你也许会愿意抛下。

但话说回来，你也许会不愿意。你也许不会决定你已经“够了”，也许永远想要这种经验，用它来平衡你在生活中的其他经验。

这是可以的。这是没问题的。性亢奋者同样有资格到达光明境界，其灵性进化程度也未必就比性冷淡者低。

光明境界和灵性进化促使你放弃的，其实是你对性的痴迷，你对性经验的深层需求，你的强迫性行为。

同样地，你对金钱、权力、安全感、财产和其他身体经验的执念也将会消失。然而你对它们的由衷欣赏不会也不应消失。欣赏生活中的一切就是尊重我创造的过程。厌恶生活或者生活中的快乐——哪怕是最基本的生理快乐——便是厌恶我这个造物主。

因为你既然认为我的造物是污秽的，那么你会怎么看我呢？然而如果你认为我的造物是神圣的，你们对它和对我的经验也将会变得神圣。

我告诉你吧：我创造的东西，没有哪样是可恶的；而且正如你们的莎士比亚所说，没有“邪恶”的东西，那是思维所贴的标签。

你说的话让我想起了最后几个有关性的问题。成年人之间只要彼此同意，发生任何性关系都是可以的吗？

是的。

哪怕是“变态的”性关系？哪怕是没有爱的性关系？哪怕是同性之间的性关系？

首先，让我们再次澄清，神并不反对任何东西。

我并没有坐在这里进行审判，宣布这种行动是好的，那种行动是坏的。

（你也知道的，我在第一卷详细地谈论过这个问题。）

至于在你的进化之路上，什么对你有益，什么对你有害，那只有你能说了算。

不过呢，这里有一条大多数已经进化的灵魂都赞同的指导原则：

绝对没有伤害别人的行动能够促成快速的进化。

此外还有第二条指导原则：

凡是涉及别人的行动，必须取得他人的同意和许可之后，方可付诸实施。

现在让我们利用这些指导原则，来解答你刚才提出的问题。

“变态的”性关系？如果它没有伤害任何人，而且是在所有人的同意之下发生的，谁又有什么理由来说它是“错”的呢？

没有爱的性关系？自有时间伊始，为性而性的话题一直争论不休。每当我听到这个问题，我通常会想，我愿意在某天走进一个挤满人的房间，然后说：“这里有人从来不曾在深沉而漫长、专一而持久的爱情关系之外发生过性行为吗？有的话请举手。”

我不妨告诉你吧：任何没有爱的东西，都不是通往神的最快捷路径。

不管是没有爱的性关系，还是没有爱的意大利面条或者肉丸，如果你准备了盛宴，吃它的时候却没有怀着爱，你就会错过这次经验中最非凡的部分。

错过这个是错的吗？在这里，“错”仍然不是有效的形容词。考虑到你们想要的是尽可能快地进化到更高的灵性境界，“不利”更为贴切。

同性之间的性关系？非常多的人想说我是反对同性之间的性生活或者性行为的。然而我并不做评判，要当同性恋还是异性恋，那是你们自己的事情。

人们想要我对所有事情做出各种各样的价值判断，而我总是扫他们的兴。我不会像他们那样做出审判，这句话会让那些宣称我是审判之源的人感到特别不爽。

我确实看到这种现象：从前，人们认为不同种族之间的通婚非但是不值得提倡的，而且还是违背神的法条的。（令人吃惊的是，时至今日仍有人这么想。）当时他们用《圣经》来佐证他们的看法，而现在他们同样拿着《圣经》来支持他们对同性恋的质疑。

你是说不同种族的人可以通婚吗？

这个问题很荒唐，不过那些言之凿凿地否定这个问题的人更加荒唐。

对同性恋的质疑也很荒唐吗？

这你说了算。我不会对这个问题或者其他任何问题做出评判。我知道你们是希望我做的。那会让你们的生活轻松很多。没有要做的决定。无需左右为难。什么事情都为你们定好了。除了服从，什么都不用去做。这种生活不怎么样，至少就创造性和自我实现而言是这样的，但管他娘的……反正也没有压力。

我想问你几个有关性和儿童的问题。我们应该在孩子多大的时候让他们明白性是一种生活经验呢？

孩子自诞生之时起，便知道他们自己是有性欲的生灵——也就是说，是有人性的生灵。现在你们星球上许多父母却唯恐孩子发现这一点。如果孩子的手放到“错误的部位”，你们就会把它挪开。如果有个小孩子纯洁地在自己的身体上寻找乐趣，你们就会做出惊慌的反应，并将惊慌传递给你们的孩子。于是孩子觉得很奇怪，我刚才怎么了呀？我刚才怎么了呀？妈咪好生气哦，我干什么啦？

就你们人类而言，问题不在于何时向后代介绍性，而在于你们何时不再要求他们否认他们自己的身份——有性欲的生灵。等到孩子处于十二岁到十七岁之间的某个阶段，你们大多数人放弃了这种斗争，

这实际上等于说（当然不是通过言语说的——你们不会谈及这些事情）：“好啦，现在你们可以注意到你们拥有这些性器官啦，可以用它们去做和性有关的事情啦。”

然而到这时破坏已经造成。过去十余年来，你们的孩子被告知他们应该为这些身体部位感到羞耻。有些孩子甚至没有听说过这些部位的正确名字。他们听到的是“小鸡鸡”或者“下体”，或者其他某些你们费尽心思编造出来的词汇——而你们这么费劲，只是为了避免简单地说出“阴茎”或者“阴道”。

你们的后代因而非常清楚地知道，凡是和这些身体部位相关的东西，都要被隐藏、回避和否认；所以等到进入青春期之后，他们不知道该如何应付他们身上发生的变化。他们根本就没有做好准备。于是他们的表现当然很糟糕，他们对自己身上最新的、最迫切的冲动做出谈不上失当但却很笨拙的反应。

其实不必如此，而且在我看来，你们有太多的后代带着极其严厉的性禁忌、规矩和“问题”进入成年生活，这对他们来说是无益的。

如今，在开明的社会，如果年幼的后代开始在他们的身体上找到欢乐，长辈并不会予以制止、责备或者“纠正”。父母的性别身份——亦即父母作为有性欲之生灵的身份——也不会刻意回避或者瞒着子女。赤裸的身体，不管是父母的、子女的或是他们的兄弟姐妹的，都可以被看见，被当成是极其自然、十分美好和完全没问题的，而不是被当成某种可耻的东西。

性功能也被视为是极其自然、十分美好和完全没有问题的。

在某些社会，父母当着子女的面交欢——还有什么比这更能让孩子明白爱的性表达是美丽、神奇、极其快乐和完全没有问题的呢？因为父母不停地规范所有行为的“对”和“错”，而孩子则会观察父母的所思、所说、所行，从中揣摩他们的父母对一切事物的微妙或明显的态度。

正如早前指出的，你们也许会认为这些是“异教徒”或者“野蛮人”的社会，然而值得指出的是，在这些社会当中，强奸和其他由性冲动引起的罪行完全绝迹，娼妓被当作荒唐的笑话，性禁忌和性功能障碍更是未曾听闻。

尽管我并不建议你们自己的社会现在也如此开放（除了在少数极为例外的地方，主流文化肯定会视这种开放为离经叛道），但你们星球上所谓的现代文明是时候采取某些措施，来终止你们整个社会对性表达和性经验常见的压制、审判和诬蔑。

你有什么建议或想法吗？

别再从孩子刚出生没多久就给他们灌输这种观念：所有和他们身体那项与生俱来的功能有关的事情都是可耻的和错误的。别再通过言传身教让你们的后代以为一切和性相关的事情都要隐藏起来。允许你们的孩子看见和观察你们浪漫的一面。让他们看到你们拥抱、触碰和温柔地抚摸——让他们看到他们的父母彼此相爱，而且通过身体展现彼此的爱是非常自然、非常美好的举动。（要是知道有多少家庭从来没给孩子上过这么简单的课程，你肯定会大吃一惊。）

当你们的孩子开始拥抱他们自己对性的感受、好奇和冲动，引导他们将他们对自身这种新的成长经验跟发自内心的欢乐喜悦联系起来，而不是跟愧疚和羞耻联系起来。

还有啊，看在神的份上，别再向你们的孩子隐藏你们的身体。如果他们看到你们在郊游营地的乡间水池裸泳，或者在自家后院的游泳池裸泳，请泰然处之。如果你们没穿浴袍从浴室走向卧室而被他们看到，请别因此而昏厥过去；请别再疯狂地觉得你们有必要遮掩、隐藏、断绝所有机会，让你们的孩子绝对没有机会认识到你们的性别身份。孩子以为他们的父母是没有性别的，因为父母总是扮成没有性别的样子。于是他们认为他们必须这样才好，因为所有孩子都会模仿他们的父母。（心理治疗师将会告诉你们，有些为人子女者在业已成年之后，仍然难以想象他们的父母其实“做过那回事”。这当然令这些子女——现在变成心理治疗室中的病人——的内心充满了愤怒、愧疚或

羞耻，因为他们自然想要“做那回事”，而且这些人并不知道他们哪里出了问题。）

所以呢，与你们的孩子谈论性吧，与你们的孩子拿性开玩笑吧，教导他们、允许他们、提醒他们、向他们展现如何快乐地去过性生活。这就是你们能够为你们的孩子做到的。你们要从他们出生的那天起就这么做，你们要亲吻、拥抱和触摸他们，以及让他们看到你们相互亲吻、拥抱和触摸。

谢谢你，真的谢谢你。你很理性地谈论了这个问题，这正是我刚才希望的。但我还有最后一个问题。什么时候适合跟孩子讲解、讨论或者描述性生活呢？

等到时机成熟时，他们将会告诉你们。如果你们有心去观察和聆听，每个孩子都将会确凿无误地让你们知道。实际上，性意识的觉醒是循序渐进。它是逐渐发生的。你们将会知道哪种方式适合用来跟哪个年纪的孩子讨论性生活，前提是你们对性生活有清楚的认识，你们自己对性生活的所有“不解”都已经解开。

我们要怎样才能到达那种境界呢？

用各种各样的办法啊。参加研讨班。去看心理治疗师。加入组织。阅读书籍。打坐冥思。彼此发现——最重要的是，重新发现对方的性别，发现、重返、重获、索回你们自己的性生活。庆祝它。享受它。拥有它。

拥有你们自己欢乐的性生活，然后你们将能够允许和鼓励你们的孩子去拥有他们的性生活。

再次谢谢你啊。现在关于孩子的问题已经解决，让我们回到人类性生活的大主题。我想再向你提出一个问题。这个问题看起来也许是无关紧要的，甚至是浮滑轻薄的，但我在结束这次对话前忍不住想问。

嗯，别再诚惶诚恐啦，你问吧。

好啊。性会不会“过度”呀？

不会。当然不会。但对性的需求则会过度。

我建议你们：

享受一切。

毫无所需。

包括人也不需要吗？

包括人。尤其是人。需要某个人是终结双方关系最快的方式。

但我们都喜欢被需要的感觉。

那就别再喜欢。去喜欢不被需要的感觉——因为你们能够馈赠给某个人的最佳礼物，就是那种不需要你、无求于你的本领和力量。

# Chapter 09

好啦。我准备换个话题啦。你答应过我要谈论地球上某些宏观的情况，上次你谈到美国的现状，我希望你能就这个话题继续展开。

好啊，没问题。我想用第二卷来讨论你们星球面临的几个大问题。而最大的问题，莫过于你们对后代的教育。

看来我们在这方面做得不是很好，对吧……我能从你的口气中听出来。

当然啦，一切都是相对的。相对于你们试图做到的事情而言，你们做得确实不是很好。

我在这里说的每句话，我在这次对话中迄今做出的评论，我在这份文档中写下的每段文字，都必须放到这个相对的背景中来理解。我并不是在做出“对”或“错”、“好”或“坏”的审判。我只是简单地陈述你们的所作所为相对于你们想要达到的目标来说是否有效而已。

我明白。

我知道你会说你明白，但也许某天——甚至在这次对话结束之前——你将会指责我喜欢审判。

我永远不会那么指责你的。我可没那么蠢。

以前的人也“没那么蠢”，但他们仍然认为我是个喜欢审判的神。

我不会的啦。

那我们走着瞧。

你刚才说你想谈论教育。

是啊。我发现你们绝大多数人误解了教育的意义、目标和功能，至于最佳的教育过程是什么样的，你们更加摸不着门路。

你这话说得有点过了吧，我不是很能理解。

在大多数人看来，教育的意义、目标和功能是传递知识，教育某人等于向他传授知识——通常是指他所处的家庭、宗族、部落、社会、国家和世界中累积起来的知识。

然而教育和知识几乎毫无关系。

你是在跟我开玩笑吧？

当然不是啦。

那它跟什么有关系呢？

智慧。

智慧？

是的。

好吧，不跟你争啦。知识和智慧有什么区别呢？

智慧是知识的运用。

这么说我们不应该尝试向后代传递知识。我们应该向后代传授智慧。

首先，别“尝试”做任何事。要做就真的去做。其次，别只注重智慧，而忽略知识。那样是有害的。但是也别只注重知识，而忽略智慧。那同样是有害的。这种做法将会毁掉你们的教育。在你们的星球上，它正在毁掉你们的教育。

我们注重知识，而忽略智慧？

就大部分情况而言，是这样的。

表现在哪里呢？

你们教育你们的孩子思考什么，而不是如何思考。

请解释。

没问题。当你们向你们的孩子传递知识，你们是在告诉他们去思考什么。也就是说，你们正在对你们孩子说他们应该知道些什么，你们希望他们明白什么是真相。

当你们向你们的孩子传授智慧，你们不会告诉他们去认识什么，或者真相是什么，而是告诉他们如何找到他们自己的真相。

可是没有知识就没有智慧。

我同意你的观点。所以我刚才说，你们不能只注重智慧，而忽略知识。人们必须将一定的知识传递给下一代。这是很明显的。但他们传递的知识应该尽可能少。越少越好。

让孩子自己去发现。要明白这个道理：知识是会过时的。而智慧则是终生的。

所以我们的学校教的知识应该尽可能少，对吧？

你们的学校应该改变它们的侧重点。现在它们高度重视知识，极少关注智慧。许多父母认为各种有关批判式思考、问题解决和逻辑的课程是有害的。他们希望课程表里不要安排这些课。如果这些父母想要保护他们的生活方式，这种做法倒也无可厚非。因为孩子若是得到允许去培养他们的批判思考能力，他们非常有可能会放弃父辈的道德伦理和整个生活方式。为了保护你们的生活方式，你们建立了一套教育系统，着重于培养儿童的记忆力，而不是能力。你们教导儿童记住各种事实与谎言（每个社会杜撰的、关于其自身的谎言），而不是让他们有能力去发现和创造他们自己的真相。

有的培训班倒是注重开发儿童的能力和技巧，而非记忆力；可是有人认为这样的培训班很荒唐，因为他们自以为知道儿童需要学习什么知识。然而你们对后代的教育已经将你们的世界引向无知，而非让你们的世界远离无知。

我们的学校不教谎言，它们教的是事实。

你这是在欺骗自己，就像你们欺骗你们的后代那样。

我们欺骗我们的后代？

当然啦。不信你随便找本历史书，翻开看看。你们的历史书是由那些希望他们的后代从某个特定的角度看待世界的人写成的。如果有视野更为开阔的人想要让历史书涵盖更多的事实，他们就会遭到讥讽，并被蔑称为“修正主义者”。你们不会将你们过去的真相告诉你们的后辈，以免他们发现你们的真面目。

你们的历史是根据你们社会上那个叫做盎格鲁-撒克逊男性新教信徒的群体的观点而写就的。如果女性、黑人或者其他少数族群说“喂，且慢。事实并非如此。你们在这里漏掉了许多史实”，你们就会气急败坏，大张旗鼓地要求那些“修正主义者”别再试图改变你们的教科书。你们不想要你们的孩子知道过去到底发生了什么事。你们想要他们知道，你们是如何站在你们的立场上，为过去发生的事情辩护的。要我给你举个例子吗？

好啊。

美国曾经将原子弹投向日本两个城市，造成上百万人毙命或伤残，然而在这个国家，你们并不将美国决定动用原子弹背后的一切教给你们的孩子。你们教给他们的是你们眼中的事实——你们想要他们看到的事实。

如果有人试图平衡这种观点和其他观点（比如说日本人的观点），你们就会大叫大喊，气急攻心，跳上跳下，要求各所学校在回顾这次重要历史事件时千万不能提供这样的资料。因而你们教的根本

不是历史，而是政治。

历史本应对实际上发生过的事情做出准确而全面的记录。政治则无关乎实际上发生过的事情。政治永远是人们对发生过的事情的看法。

历史揭示，政治辩护。历史揭开，和盘托出；政治遮盖，以偏概全。

政客讨厌如实记录的历史。而如实记录的历史对政客也没有好评。

然而你们都穿着皇帝的新衣，因为你们的孩子终究会看穿你们。如果有孩子学会批判式思考，他们将会翻开你们的历史书，然后说："哇，我的父辈和祖辈一直在欺骗他们自己。"这种情况是你们无法忍受的，所以你们不让孩子拥有批判思维能力。你们不想要你们的孩子拥有最基本的事实。你们想要他们拥有你们对事实的观点。

我认为你有点夸大其词。我认为你这话说得有点过了。

真的吗？你们社会上大多数人甚至不希望他们的孩子认识各种关于生活的基本事实。假如学校开始教孩子认识人类的生理机制，人们就会抓狂。现在你们认为不应告诉孩子艾滋病是如何传播的，或者如何阻止艾滋病的传播。当然，如果你们是站在某个特定的立场上告诉他们如何避免艾滋病，那又另当别论。那样的话就可以对他们说。但只是告诉他们事实，然后让他们自己去决定？你们死都不肯。

孩子哪能自行决定这些事情啊？他们必须得到正确的引导。

你有看看你们的世界近况吗？

怎么啦？

正是因为你们在过去引导了你们的孩子，你们的世界才会是现在这个样子。

不，那是因为我们误导了他们。如果说当今的世界糟糕透顶（从许多方面来说，它确实如此），那并不是因为我们曾经试图将原来的价值观传授给我们的孩子，而是因为我们以前允许他们接受这种“新式”的教育！

你不会真的这么想吧？

你他妈的说对了，我就是真的这么想！如果我们只是让孩子学习读、写、算这三门基本课程，而不是喂他们吃这种“批判式思考”的垃圾，我们今天的情况会好得多。如果我们将所谓的“性教育”排除在教室之外，交由家庭来完成这个任务，我们就不会看到许多少女怀上孩子、十七岁的单身母亲申领社会福利，就不会看到这个世界变得残暴而疯狂。如果我们坚持让年轻一代依照我们的道德标准去生活，而不是放任自流，纵容他们去创造他们自己的道德标准，我们这个曾经强大而充满活力的国家就不会像今天这样江河日下。

我明白。

还有啊，你别站着说话不腰疼，说什么我们应该幡然醒悟，发现我们对广岛和长崎所做的事情是“错”的。苍天在上，我们当时需要结束战争啊。我们挽救了交战双方成千上万的生命。那是战争的代价。没有人喜欢那么做，但是非那么做不可。

我明白。

是啊，你明白。你就像那些无法无天的共产党分子。你们想要我们修改历史书，没问题。你们想要我们改变生活方式。然后你们这些家伙就能够实现理想，接管这个世界，创造腐败的社会。说什么重新分配财富呀，人民当家作主呀，等等诸如此类的废话。只不过那样对我们没有任何好处。我们需要的是回到过去，重拾先辈的价值观。那才是我们所需要的！

你说完了吗？

我说完啦。我说得怎么样？

非常好啊。真的非常好。

我在广播电台当过几年节目主持人啊，这对我还不是易如反掌。

你们星球上的人确实是这么想的吗？

你不信可以打赌啊。不仅美国是这样。我是说，你可以改掉国家的名字，改掉战争的名字，换成随便哪个国家在随便哪个历史时期做出的随便哪次军事侵略。结果是没有区别的。每个人都认为他们是对的。每个人都知道错的是别人。别提广岛了。换成柏林或者波斯湾吧，都一样的。

大家也都知道行得通的是原来的价值观。大家都知道这世界就要变成地狱。不仅是美国。而是全世界。这星球上每个地方都在呼吁重拾原来的价值观，呼吁民族主义。

这我知道的。

我不是这么想的啦，只是想表达出那种感受，那种关切，那种愤怒。

你做得很好啊。我差点信以为真了。

是吧？你有什么话要对那些真的这么想的人说吗？

我会说，你们真的以为三十年前、四十年前、五十年前的情况比现在更好吗？我会说，回忆是靠不住的。你们只记得从前的好，忘却它的不好。这是很自然的，这是很正常的。但别上当。动用你们的批判式思维，别只是记住其他人要你们想起的东西。

就拿我们的例子来说吧，你真的以为向广岛投原子弹是绝对必要的吗？有些人宣称他们了解更多的真相，他们写了许多报告指出，日本帝国在美国投放原子弹之前，已经私下向美国传达了投降的意愿，你们美国的历史学家对这些报告是怎么说的呢？动用原子弹的决定里面有多少为珍珠港遇袭复仇的成分？就算你由衷地认为向广岛投放原

子弹是必要的，那为什么投放第二颗原子弹也是必要的呢？

当然，你们自己对这次历史事件的纪录可能是准确的。美国对这次历史事件的说法可能与事实相符。但这并非我们要讨论的重点。重点在于，你们的教育系统并不允许学生对这些和许多其他问题进行批判式思考。

你能想象爱荷华州某位教社会研究或者历史的老师在课堂上提出上述疑问，邀请和鼓励学生深入地研究和探讨这些话题，并得出他们自己的结论吗？

这才是重点所在！你们并不想要你们的后辈得出他们自己的结论。你们想要他们得出和你们相同的结论。因而，你们使得他们注定要再次犯下你们的结论所引致的错误。

但有人认为以前的价值观是好的，现在人心不古，你是怎么看的呢？现在少女生育或者单身母亲申领社会福利的情况迅猛增加，我们的世界变得残暴而疯狂，你是怎么看的呢？

你们的世界确实变得残暴而疯狂。我同意你这个说法。但你们的世界之所以如此，却不是因为你们已经允许学校传授给学生的内容。它之所以如此，是因为你们不曾允许学校传授给学生的知识。

你们不曾允许学校让学生知道爱是宇宙间的一切。你们不曾允许学校提倡无条件之爱。

见鬼啦，就算是我们的宗教，我们也不会允许它提倡那个。

是这样的。你们也不肯教育你们的后代为他们自己和他们的身体、他们的人性和他们美妙的性别身份而欢庆。你们最不肯让你们的孩子明白的道理是，他们是寄居在肉身中的灵性生命。你们也并不把你们的孩子作为肉身中的生灵来看待。

在那些性生活可以被公开地提起、自由地讨论、欢乐地解释与经验的社会，性犯罪根本是不存在的，只有极少数的生育不在人们的计

划之内，而且没有“非法”或者不想要的生育。在高度进化的社会，所有的生育都是光荣的，所有母亲和所有孩子的福利都得到照顾。实际上，这种社会根本不会采取别的做法来对待生育。

在那些历史并没有遭到最强大者的观点扭曲的社会，从前的错误得到公开的承认，而且永远不会再次出现，那些显然会导致自我毁灭的行为只出现一次就够了。

在那些学校开设批判式思考、问题解决技巧和生活技能课程，而不是要求学生死记硬背的社会，从前的行动，哪怕是“合情合理的”行动，都会遭到严谨的审视。没有什么会被视为万古不移的真理。

那怎么可以呢？我们就以第二次世界大战为例吧。在谈论广岛这次历史插曲的时候，学校除了传授史实之外，还能怎样传授生活技能呢？

你们的老师将会在课堂上准确地描述所发生的事情。他们将会摆出导致那次事件的所有事实——全部事实。他们将会意识到对万事万物的观点不会只有一个，所以他们会列举交战双方的历史学家各自的观点。然后呢，他们将不会要求班上的学生记住这次历史事件的各种数据，而是给他们布置难题。他们将会说：“现在你们已经了解这次事件的全部情况。你们知道之前发生什么事，之后又发生什么事。我们拥有的关于这次事件的‘知识’，已经倾囊相授。根据这些‘知识’，你们能得到什么‘智慧’呢？当时的人们用投放原子弹来解决这些问题，换成你们，你们会怎么做呢？你们能想到更好的办法吗？”

当然啦，那还不容易啊。既然知道后来的结果，每个人都能找到更好的办法啦。每个人都可以回过头说：“要是我就不会那么做。”

你们为什么不是那样的呢？

你说什么？

我说，你们为什么不是那样的呢？你们为什么不回过头，从你们的过去吸取教训，采用其他办法呢？因为若是允许你们的孩子正视你

们的过去，并对其进行批判式的分析（实际上，是在对他们进行教育的时候要求他们这么做），你们就会面临他们反对你们的所作所为的风险。

当然，无论如何他们都将会反对的。你们只是不允许这种情况出现在你们的教室。于是他们只好走上街头。挥舞着标语。撕毁入伍通知。焚烧乳罩和旗帜。想尽办法来引起你们的注意，吸引你们的目光。年轻一代不停地对你们大喊："肯定有更好的办法！"然而你们充耳不闻。你们并不想听见他们的呼声。你们当然不希望他们在课堂上批判地思考你们提供给他们的事实。

要听话，你们对他们说。别跑来这里说我们把事情做错了。只要知道我们做的统统都对就好啦。

这就是你们教育孩子的方式。这就是你们所谓的教育。

但是有些人会说，正是年轻人和他们疯狂荒唐的自由主义思想使得这个国家和这个世界道德沦丧。将人间变成地狱。让世界走到崩溃的边缘。破坏我们推崇道德的文化，代之以一种为所欲为、只求"良好感受"的伦理观。他们的伦理观正在危及我们的生活方式。

年轻一代确实正在破坏你们的生活方式。有史以来的年轻人都是这么做的。你们的任务是去鼓励他们，而非去制止他们。

正在砍伐雨林的并非你们的年轻人。他们正在要求你们停手。正在破坏臭氧层的并非你们的年轻人。他们正在要求你们停手。正在世界各地的血汗工厂剥削穷人的并非你们的年轻人。他们正在要求你们停手。正在收取苛捐杂税、并将钱用于开展战争和维护战争机器的并非你们的年轻人。他们正在要求你们停手。正在忽略弱者和受压迫者、坐视地球上虽有足够喂饱全部人的食物但每天饿死的人成千上万的并非你们的年轻人。他们正在要求你们停手。

正在政界尔诈我虞的并非你们的年轻人。他们正在要求你们停手。压制性欲、为自己的身体感到羞耻和尴尬，并将这种羞耻和尴尬

传给后代的并非你们的年轻人。他们正在要求你们停手。创建“强权即真理”的价值系统和用暴力解决问题的世界的并非你们的年轻人，他们正在要求你们停手。

喏，他们其实不是在要求你们……他们是在哀求你们。

可是推崇暴力的是年轻人！拉帮结派、自相残杀的是年轻人！对法律规则——任何规则——嗤之以鼻的是年轻人。逼得我们快要发疯的也是年轻人！

当年轻人改变世界的呼声与哀求被置若罔闻，当他们发现他们的心血已然白费，当他们发现你们无论如何都会执迷不悟，这些年轻人又不是傻子，他们将会不得已而求其次。假如无法击败你们，他们就会效仿你们。

你们的年轻人效法你们的行为。假如他们喜欢暴力，那是因为你们喜欢暴力。假如他们唯利是图，那是因为你们唯利是图。假如他们举止疯狂，那是因为你们举止疯狂。假如他们别有用心地、不负责任地、自惭形秽地使用性，那是因为他们看到你们有过同样的表现。年轻人和年纪较大者唯一的区别就在于，年轻人的所作所为完全是公开的。

年纪较大者隐藏他们的行为。年纪较大者以为年轻人看不到。然而年轻人看到一切。没有什么逃得过他们的眼睛。他们看到长辈的虚伪，并想方设法去改变它。然而他们的努力失败了，于是他们别无选择，只好效仿它。他们这么做是错了，然而从来没人教他们别的做法。他们不被允许批判地分析长辈的作为。他们只被允许记住长辈做过的事。

而凡是你们记住的，你们就会将其供奉起来，视其为神圣不可侵犯。

那我们该如何教育年轻一代呢？

首先，要把他们当作生灵来看待。他们是生灵，进入了肉身。这

对生灵来讲可不是容易的事情，这不是生灵轻易能够适应的事情。肉身是非常封闭、非常有限的。所以孩子会在突然受到如此限制的时候哭喊。请聆听这哭喊。请理解它。请尽你们所能，尽量让你们的孩子感到他们“不受限制”。

其次，温柔地、关爱地引导他们进入你们创造出来的世界。请注意你们将要植入他们的记忆储存卡的内容。孩子记得他们看到的一切，他们经验到的一切。你们为什么要在孩子刚离开子宫的时候就打他们的屁股呢？你们真的以为这是唯一能够让他们的生命引擎发动的方法吗？你们为什么要在婴儿刚从母体（这是他们迄今唯一熟悉的生命形式）中分离出来不到几分钟的时候，就将他们从母亲怀里抱走？诸如量高、称重和检查之类的事情难道就不能等到新生儿好好经验给予其生命的母体带来的安全和舒适之后再做吗？

你们为什么允许你们的孩子尚在襁褓中就看到暴力的场景呢？谁告诉你们这对孩子有好处？你们为什么要隐藏爱的场景呢？

你们为什么要通过在孩子面前遮蔽身体，来教他们要为自己的身体及其功能而羞愧尴尬，并告诉他们别用那些能给他们带来快感的方式触碰他们自己的身体呢？你们是怎么跟他们说起快感的呢？你们是怎么跟他们谈到身体的呢？

你们的学校允许和鼓励竞争，奖励成绩“最佳”和学得“最多”的学生，给学生的“表现”打分，对特立独行的学生毫不宽容，你们为什么要让你们的孩子去这样的地方呢？你们的孩子会因此而怎么想呢？

你们为什么不教孩子运动、音乐、艺术的欢乐、童话的神秘和生活的神奇呢？你们为什么不帮助孩子发挥他们与生俱来的天份，却试图将不自然的东西强加给他们？

你们为什么不肯让年轻一代学习逻辑、批判式思考、问题解决技巧和创造，不肯教他们使用他们自己的直觉和最深层的内在理解力，而是教他们使用规则、死记硬背的窍门和一个已经证明其自身完全无法通过这些方法进化然而继续使用它们的社会的各种结论？

最后，要按理念进行教育，而不是按学科。

开发一套新的课程表，围绕下面三个理念来组织授课：

觉悟

诚实

责任

从你们的孩子幼年起就教他们这些理念。让它们贯穿课程的始终。让它们成为你们整个教育模式的基础。让所有的教导都因它们而生。

我不知道那意味着什么。

那意味着你们教的所有内容都不出这三个理念的范围。

你能解释清楚吗？那我们该怎么上读、写、算这三门基础课呢？

从最初级的读物到最复杂的图书，所有的传说、故事和内容都要围绕这些核心理念展开。也就是说，它们将会是觉悟的故事、诚实的故事、责任的故事。你们将会向孩子引荐这些理念，灌输这些理念，让他们浸淫在这些理念之中。

写作课同样要围绕这些核心理念展开；随着孩子自我表达能力的提高，可以让他们在作文中涉及其他相应的理念。

哪怕是算术的教育，也可以在这个框架之内进行。数学并非抽象的运算，而是宇宙中最基础的生活工具。所有数学课都要以宏观的生活经验为背景，以此来引导学生发现和关注这些核心理念和它们的各种派生物。

这些“派生物”是什么呢？

用你们的媒体人士常用的话来说，它们是衍生品。这些衍生品可

以取代你们当前教育系统中主要传授事实的学科，成为整个教育模型的基础。

例如说呢？

让我们来发挥想象力吧。你觉得在生活中有哪些理念是很重要的？

嗯……让我想想看……诚实啊，你刚才也提到的。

是的，加油。那是一个核心理念。

呃……公平。我认为这个理念很重要。

好啊。还有别的吗？

友善地对待别人。这也算。我不知道该用哪个理念来表达这个意思。

继续啊。想到什么就说出来好了。

和睦。宽容。别伤害他人。平等待人。这些都是我希望教给我的孩子的东西。

好啊。太棒啦！请继续。

呃……相信自己。这是个很好的理念。还有，呃……等等……我好像想到了。呃……对啦，就是这个：有尊严地行走。我想我会称其为有尊严地行走。我也不知道该用哪个更好的理念来表达这层意思，反正它跟人们怎么生活、怎么尊重别人有关，也跟别人所走的道路有关。

你说的很好。你说的都很好。你终于开始认真地考虑这个问题啦。如果想要进化和成长为完整的人，所有孩子都必须深刻地理解许多诸如此类的理念。然而你们的学校并没有教这些。我们现在谈到的这些是生活中最重要的东西，但你们的学校并没有教。你们并没有教

诚实意味着什么。你们并没有教负责任意味着什么。你们并没有教顾及他们的感受和尊重他们的人生道路意味着什么。

你们说这些该由父母来教。然而父母只能传授他们得到传授的东西。父亲的罪会落在儿子身上。所以你们传授给子辈的东西，跟父辈传授给你们东西是相同的。

那又怎样？有什么错吗？

我已经说过很多次啦，你最近没有看看世界变成什么样子吗？

你总是说这句话。你总是让我们看那个。那又不全是我们的错。我们不能因为世界上其他人的所作所为而受到指责。

这不是指责的问题，这是选择的问题。如果该为人类曾经做出而且还在做出的选择负责的不是你们，那么是谁呢？

反正我们不能负担全部的责任！

我告诉你吧：除非你们愿意负担全部的责任，否则你们什么也改变不了。

你们不能总是说以前的事是他们做的，现在的事是他们做的，要是他们做得对就好啦！请记住瓦尔特·凯利的动画角色波哥说过的那句美妙台词，而且永远别忘记：

“我们遇到了敌人，他们就是我们。”

数百年来，我们不停地犯下相同的错误，对吧……

这种情况持续数千年啦，我的孩子。数千年来，你们不停地犯下相同的错误。人类的进化程度并不高，各种基本的本能仍然和穴居时代差不多。可是如果有人试图改变，你们就会对其冷嘲热讽。如果有人质疑、甚至重建你们的价值观，你们就会感到害怕和愤怒。现在我建议你们在学校里传授这些高级的理念。哎，老兄，我们不知道承受多少责难。

然而在高度进化的社会，学校里面教的确实是这些。

但问题在于，关于这些理念的含义，大家众口纷纭。所以我们的学校并没有教它们。如果你打算把这些东西引进课堂，父母会气急败坏的。他们会说你这是在传播“价值观”，而学校并非进行这种教导的地方。

他们错啦！同样的，我说他们错了，是相对于你们宣称人类想要做到的事情——建立一个更加美好的世界——而言的。学校正是进行这种教导的地方。原因就在于学校不受父母的偏见影响。原因就在于学校不受父母先入为主之见干预。由父辈将价值观传递给子女为你们星球带来什么后果，你们已经看到啦。你们的星球是一团糟。

你们并不理解文明社会最基本的理念。

你们并不懂得如何不用暴力而又能解决冲突。

你们并不懂得无所惧怕地去生活。

你们并不懂得毫无私心地去行动。

你们并不懂得全无条件地去爱。

这些都是基本的——简单的——道理，你们对这些道理连彻底的了解都做不到，付诸实践就更别提啦……而且这种情况已经持续了数千年。

有办法走出这种糟糕的局面吗？

有啊！要靠你们的学校！要靠你们对年轻人的教育！下一代和再下一代是你们的希望所在！但你们必须停止用过去的方式来浸润他们。那些方式是没有用的。它们并不会将你们引领到你们宣称你们想要去的地方。然而如果你们不加注意的话，你们就会到达你们实际上正在去的地方！

所以停止吧！改变方向吧！请你们相聚而坐，集思广益。勾勒出

你们对人类最伟大的期望，创造出此期望最高尚的形式。然后列举支撑此期望的各种价值观和理念，并在你们的学校中传授它们。

你们为什么不设置这些课程呢：

- 如何理解力量
- 怎样和平地化解矛盾
- 爱情关系的要素
- 个性和自我的创造
- 身体、精神、灵魂和它们的机制
- 如何参与创造活动
- 怎样庆祝自我、尊重他人
- 欢乐的性表达
- 公平
- 宽容
- 差异与相同
- 伦理经济学
- 创造性意识和精神力量
- 觉悟与清醒
- 诚实与责任
- 有形与无形
- 科学与灵性

大多数现在的学校有教啊。我们称之为社会研究。

我说的不是每学期只有两个课时的课程。我说的是专门为这些东西设置独立的课程。我说的是彻底地改变你们学校的课程体系。我说的是一个以价值观为基础的课程体系。你们现在的课程体系大体上是以事实为基础的。

我说的是让你们孩子用尽可能多的精力来理解各种核心理念，来理解各种支撑你们的价值体系的理论结构，而不是像现在这样，让他们专注于记忆各种日期、事实和数字。

你们的星系和宇宙中存在着许多高度进化的社会（我们将会在第三卷专门详细地谈论这些社会），在这些社会里，儿童从非常小就开始学习各种生活理念。这些社会认为你们所谓的“事实”并没有那么重

要，在孩子大得多的时候才会教给他们。

而你们在地球上创造的社会是这样的：男孩子在小学毕业前就学会了阅读，可是他仍然没有学会别再咬他的兄弟。女孩子越来越早地学会背乘法表、使用看图识字卡片和联想记忆法，可是她仍然没有学会别再为她的身体感到羞耻或尴尬。

现在你们的学校的主要功能是提供答案。如果它们的首要功能是提出问题，那么情况会好得多。诚实、负责或者“公平”意味着什么呢？这些理念的具体含义是什么呢？二加二等于四意味着什么呢？高度进化的社会鼓励所有孩子亲自去发现和创造这些问题的答案。

可是……可是，那样会造成混乱的局面！

瞧你说的，好像你们现在所处的局面秩序井然似的。

好吧，好吧……那样会使局面变得更加混乱。

我并不是说，你们学到的知识，以及你们对这些事情的看法，统统不要在学校教给你们的后代。恰恰相反。如果学校向年轻人传授年纪较大者在过去的知识与发现、决定与选择，那么对它们的学生是有好处的。学生也许能够从中观察到所有这些的效果如何。然而在你们的学校，你们把这些资料当作万古不移的真理教给学生。可是资料实际上只应该作为资料提供给学生才对。

从前的资料不应该成为现在的真相的基础。来自过往时刻或经验的资料应该永远只是成为新问题的基础。宝藏永远只在问题里，而不在答案中。

问题永远是相同的。我们已经把这些从前的资料展现给你们，你们对它们是同意还是反对呢？你们是怎么想的呢？这永远是关键问题。这永远是重点所在。你们是怎么想的呢？你们有什么想法？你们到底是怎么想的？

孩子很显然将会质疑他们父母的价值观。父母仍将在孩子创造价

值系统的过程中扮演重要角色——很明显，他们扮演的是首要角色。学校的宗旨和目标将会是鼓励从刚入学到毕业班的所有学生去探索这些价值观，去学会使用它们、应用它们、实践它们——是的，甚至是去质疑它们。因为不希望孩子质疑他们的价值观的父母并非爱孩子的父母，而是通过孩子来爱他们自己的父母。

我希望——哎呀，我多么希望——你描述的这种学校真的存在。

有些学校正在应用这种教育模式啊。

真的吗？

是啊。有个人叫做鲁道夫·斯坦纳，你可以去看他的作品。华尔道夫学校采用了他开发的教学方法，你不妨去了解。

嗯，我当然知道这些学校啦。你这是在给它们做广告吗？

我是实话实说啦。

我对华尔道夫学校很熟悉。这你也知道的。

我当然知道啦。你生命中每件事都是你的指引，把你带到此刻。我和你的谈话，并非始于这本书的开头。我通过你所有的联想与经验，和你进行谈话已经很多年。

你是说华尔道夫学校是最好的吗？

不是啦。我是说，相对于你们宣称人类要去的地方而言，相对于你们宣称你们想要做的事情而言，相对于你们说你们想要获得的身份而言，这种教育模式是很有效的。我是说它算一个例子（我能举出的几个例子之一，不过这些例子在你们的社会和星球上特别罕见），它表明教育可以通过一种专注于“智慧”而非仅仅强调“知识”的方式来开展。

嗯，我非常认可这种教育模式。华尔道夫学校和其他学校有许多不同。让我来举个例子。这个例子很简单，但特别能够说明这学校的

独特之处。

在华尔道夫学校，教师伴随学生度过小学的所有年级。在这些年里，学生拥有同一个老师，而不是每升一个年级就换一个老师。你能想到他们培养的感情有多深厚吗？你能看到这种安排的价值所在吗？

教师对学生的了解，就像对亲生孩子的了解那样。学生和教师之间的相互信任和热爱程度，是许多传统学校做梦也想象不到的。等到一批学生毕业之后，教师便又从一年级开始，重新带领新的学生群体，直到他们毕业为止。在整个执教生涯中，一位敬业的华尔道夫教师只能带四到五个学生群体。但他或她对这些孩子的影响，远远不是传统学校的教师对学生的影响所能比拟的。这种教育模式承认并主张：这种体系中共同享有的关系、感情和热爱，和教师传授给学生的各种事实，是同样重要的。它就像家庭教育，只不过在家庭之外进行。

是的，这个模式很好。

还有其他好的模式吧？

有啊。你们星球上的教育事业取得了某些进展，但是非常慢。哪怕是在公立学校中引进以解决任务、培养技能的课程的尝试，也会遭遇极大的抵制。人们认为这种课程是危险的，或者是毫无效果的。他们希望孩子学习事实。话说回来，进展还是有的啦。不过还有许多等着你们去完成。

然而考虑到你们宣称人类想要达到的目标，人类经验中有许多需要推倒重建的领域，教育只是其中之一。

是吧。我觉得政治领域也需要推倒重建。

那当然。

# Chapter 10

我等了很久啦。自从你告诉我第二卷将会谈论各种全球性问题，我就想到你会谈到这些。那么，在我们审视人类政治之初，我能问一个看起来可能显得特别低级的问题吗？

问题没有高低贵贱之分。问题就像人一样。

你说得真好。那我问啦：实行以本国既得利益为基础的外交政策有错吗？

没有。首先，从我的立场来看，没有什么是“错”的。但我明白你的意思，所以我将会按照你的意思来回答。我将会这样定义“错”：凡是无助于你们得到你们选择要获取的身份、完成你们想要做到的事情的，就是错的。我跟你说的“对”和“错”，永远是这个意思，永远要放到这个语境里理解，因为说真的，对和错确实是不存在的。

所以在这个语境之中，答案是没有错，把既得利益作为对外交往的基础并没有错。假装不是这样才有错呢。

当然，大多数国家都是这副德性。它们出于某些理由采取或者不采取某些行动，然后却拿别的理由来当借口。

为什么呢？这些国家为什么要这样做呢？

因为那些政府知道，如果让人民明白大多数外交决定的真实原因，它们将得不到人民的支持。

各地的政府都这样。只有极少数的政府从不故意误导它们的人民。欺骗是政府的必备之物，因为政府如果不说服人民相信它的决策都是为人民着想，绝大多数人将不会选择接受被它以当前这种方式统治着，它们甚至不会选择被统治。

这种说服很困难的，因为绝大多数人对政府的愚蠢看得清清楚楚。所以政府必须说谎，只有这样才能留住民心。俗话说，如果你撒的谎足够大，撒谎的时间足够久，那么谎言也会变成“真相”。政府完美地展现了这句俗话的准确性。

当权者必定不能让公众知道他们是如何爬上高位的，也不能让公众知道他们为了保住位子做过些什么，以及将会做什么。

真相和政治是不能相容的，因为政治是恰如其分地说出为达到某个目的而需要说出的话语的艺术。

并非所有的政治都是糟糕的，但政治的艺术是一种操控的艺术。它对大多数人的心理了解得非常透彻。它发现大多数人的行为都以自我利益为出发点。所以政治就是当权者用以说服你们相信他们的利益就是你们的利益的方式。

政府理解自我利益的重要性。所以政府非常善于制定各种为人民提供好处的计划。

起初，政府的功能是非常有限的。它的功用是保护人民、维护社会现状。然后有人给它添加了为人民提供福祉的功能。当政府同时成为人民的保护者和福祉的提供者，它便不再满足于维护社会现状，而开始随心所欲地创造社会了。

可是政府所做的不都是人民想要的吗？政府只是提供各种机制，让人民得以在社会上生存，难道不是这样的吗？就拿美国来说吧，我们非常重视生活的尊严、个人的自由、平等的机会和儿童的纯洁。所以我们制定各种法律，要求政府创造各种制度：为老年人提供收入，让他们能够在过了工作年龄之后还能体面地生活；为全部人提供平等的就业和安家的机会，哪怕有些人和我们并不相同，哪怕有些人的生活方式我们并不赞同；并通过各种儿童劳动法规来保证儿童不会成为国家的奴隶，绝不让有儿童的家庭缺乏有尊严的生活的基本需求——食品、衣物和住所。

这些法律在你们的社会落实得很好。然而，在满足人们的基本需求时，你们要注意别剥夺他们最大的尊严：对个人力量、专有创意和独特技能的发挥，这使人们明白他们其实可以自食其力。你们必须取得这种微妙的平衡。可是你们似乎只懂得从一个极端走到另一个极端。你们要么希望政府为人民“包办一切”，要么恨不得在明天就废除所有的政府制度，取消所有的政府法规。

是的，问题在于，假如社会上能够得到最佳机会的往往是某个特权群体，那么这个社会上不能自食其力的人就会有很多；假如某个国家的房东不肯将房屋租给人口较多的家庭、企业不肯提高女性的职位、王子犯法不与庶民同罪、唯有收入足够高才能享用预防医保，而且其他各种歧视和社会不公现象大规模地存在，那么这个国家中不能自食其力的人就会有很多。

照你这么说，政府必须取代人民的良知咯？

不是啦。坦白讲，政府就是人民的良知。正是通过政府，人民才有机会、有希望和有能力去扭转各种病态的社会现象。

你这话说得很漂亮。然而，我要重申的是，你们要当心点，别在那些保证人民有机会呼吸的法律中窒息而亡！

你们无法将道德变成法律。你们无法强制实行社会平等。

你们需要的是集体意识的转变，而非集体良知的强化。

所有行为（以及所有法律和所有政府制度）都必须源于此在，必须真实地反映你们的身份。

我们社会的各种法律确实反映了我们的身份！它们向每个人宣布：“这就是美国的生活方式。这就是美国人的身份。”

少数最好的法律也许确实如此。但在大多数情况下，你们的法律所宣布的，却是那些当权者认为你们应该拥有、可实际上并没有的身份。

这是“精英的少数”通过法律教导“无知的多数”。

正是如此。

这有什么错吗？假如有少数最聪明、最优秀的人愿意研究社会上、 世界上各种问题，并提出对策，那不是对多数人有好处吗？

那要看这些少数人的动机啦。也要看他们到底有多聪明。总的来讲，对“多数人”最有好处的做法，就是让他们自己统治自己。

你这是无政府主义啊。这是行不通的。

如果无论做什么都要听从政府的吩咐，你们便不可能成长和变得伟大。

在我看来，政府（我是指那些我们选来管理我们自己的法律）是社会伟大与否的反映；伟大的社会制定伟大的法律。

伟大的社会很少有法律。因为伟大的社会基本上是不需要法律的。

可是只有弱肉强食的原始社会才真正没有法律啊。人类用法律来规范赛场，确保参赛者不管是强是弱，只要真正站在正义一方，就能够获胜。如果缺乏共同认可的行为规范，我们如何能够共存呢？

我并不是建议你们的世界不要行为规范或者制度。我是建议你们可以对自我利益有更高尚的理解和更宽泛的定义，并以此作为各种制度和规范的基础。

绝大多数法律所维护的，其实是那些最有权势者的既得利益。

我们不妨以吸烟为例子来说明这个道理。

现在法律说你们不能种植和使用某种植物，大麻，因为政府这么告诉你们，它对你们无益。

然而这个政府又说你们完全可以种植和使用另外一种植物，烟草，这并不是因为烟草对你们有益（实际上，政府本身说烟草是有害的），而可能是因为你们向来有种植和使用烟草的习惯。

前者违法和后者合法的真正原因跟健康毫无关系。它只跟经济有关系。也就是说，它只跟权力有关系。

因此，你们的法律反映的并非你们的社会对其自身的认识和期望；你们的法律反映的是权力的本质。

你这话说得有点武断吧。你挑选的这种情况矛盾是很明显，但大多数情况不是这样的。

恰好相反。大多数情况正是这样的。

那有什么解决办法吗？

制定尽可能少的法律。法律真的是束缚。

大麻之所以违法，表面的理由是跟健康有关。实际上，大麻的成瘾程度和对健康的危害程度并不比香烟或者酒精高，而后两者则受到法律的保护。那么法律为什么要禁止大麻呢？因为如果法律允许大麻的种植，那么世界上有过半从事棉花种植业、尼龙和人造丝制造业、木材业的人都将会丢失饭碗。

大麻其实是你们星球上最有用、最强壮、最结实、最耐用的原料之一。你们用别的原料制造不出更好的布料、更牢固的绳索、更容易种植与收割的纸浆来源。你们每年砍伐成千上万棵树，用来印制报纸，让你们能够读到全球森林锐减的新闻。大麻能够在无需砍伐一棵树的情况下为你们提供数百万份报纸。实际上，它能够取代许多原料，而成本只有那些原料的十分之一。

这就是关键所在。如果这种神奇植物（它恰好也是功效非常强大的药物）的种植得到法律的批准，那么有些人的经济利益就会受到损害。这就是你们国家的法律禁止大麻的原因。

由于同样的原因，你们拖了很久都没有批量生产电动轿车、提供廉价而合理的医保服务、在每个家庭安装太阳能取暖和发电设备。

早在许多年前，你们就有财力和技术制造所有这些东西。可是你们为什么到现在尚未拥有它们呢？想想你们若是拥有这些东西，谁的经济利益会受到损害。这样你们就能够找到答案。

这就是你们为之骄傲自豪的伟大社会吗？你们的“伟大社会”遇到公共利益就会退缩，挣扎着、尖叫着后退。每当提起公共利益或者集体利益，所有人都会大喊“共产主义”！在你们的社会，如果为多数人提供好处的事情并不能给某个人带来巨大的利益，那么多数人的好处往往会遭到忽略。

不仅你们的国家是这样，全世界都这样。因此，人类面临的基本问题是：自我利益能否被人类的最佳利益、公共利益所取代呢？假如答案是肯定的，那么如何做到呢？

在美国，你们曾经试图通过法律提供公共利益，提供最佳利益。可惜你们一败涂地。美国是地球上最强大、最富裕的国家，而它的婴儿死亡率之高也是名列前茅。为什么呢？因为穷人负担不起优质的产前和产后护理，而且你们的社会唯利是图。我举的这个例子只是你们一败涂地的证据之一。跟世界上绝大多数其他工业化国家相比，你们的婴儿死亡率更高，你们应该为这个事实而担忧。可是你们没有。这充分表明了美国社会的等级秩序。其他国家为病人和穷人、长者和幼者服务。你们为有钱有势者、有影响有地位者服务。百分之八十五的退休美国人生活在贫困中。这些美国老者中有许多人把社区医院的急诊室当作他们的“家庭医生”，在最迫不得已的时候才去求医问药，而且根本没有得到任何预防性的保健措施，绝大多数低收入者也是如此。

你们知道这些人很穷，身上没什么油水可捞……他们对你们的用处已经被耗尽……

这就是你们的伟大社会——

你把情况说得非常糟糕。可是美国为弱势者和不幸者（无论是本国的还是国外的）所做的事，比地球上其他任何国家都要多。

美国是做了很多，这是可以观察到的事实。但你们知道吗，如果按照国民生产总值的比例来算，美国对外援助的投入比其他许多小国家还要少？关键在于，在自吹自擂之前，你们也许应该看看周边的世界。因为如果这就是你们的世界能为不幸者所做出的最大努力，那么你们全部人还有很多需要学习。

你们生活在浪费而腐化的社会中。你们制造的一切，无不具有你们的工程师称为“有预谋的废弃”的属性。轿车价格翻了三番，使用期却只有原来的三分之一。衣服穿十次就崩线。你们为食物添加化学物质，让它们能在货架上待得更久，哪怕这意味着你们在地球上待的时间会缩短。你们支持、鼓励和拥护各支球队为了可笑的成绩支付巨额薪水，而学校教师、政府部长和那些为治愈杀死你们的疾病而奋斗的研究人员却囊中羞涩。你们国家的超市、餐馆和家庭每天扔掉大量食物，而这些食物用来喂饱世界半数人口绰绰有余。

然而我这不是在指责你们，只是实话实说而已。这种情况并非美国所独有，因为全世界均已染上这些令人痛心的态度。

世界各地的弱势者必须勤劳节省才能谋得温饱，而少数当权者则富可敌国、日进斗金，睡觉时盖着的是蚕丝被，每天早晨拧开的是黄金打造的水龙头。因饥饿而骨瘦如柴的儿童在悲痛欲绝的母亲怀里死去，而他们国家那些贪污腐败的“领袖”却将获赠的食品藏起来，不让饥肠辘辘的民众拿到。

似乎没有人拥有改变这些情况的力量，但实际上，力量并不是问题所在。问题在于似乎没有人愿意去改变这些情况。

因此，只要没有人将别人的困境视为自己的困境，这些情况将会永远存在。

好吧，那我们为什么不愿意呢？我们怎么会每天坐视这些可怕的

现象发生而不管呢？

因为你们并不关心。这是缺乏关爱的表现。整个地球面临着一场意识的危机。你们必须弄清楚你们到底要不要彼此关爱。

下面这个问题虽然令人伤心，但却非问不可。我们为什么不爱我们自己家庭的成员呢？

你们是爱你们自己家庭的成员的。你们只是把家庭成员定义得非常狭窄。

你们并不认为你们自己是人类大家庭的成员，所以人类大家庭的问题并非你们自己的问题。

地球人能够改变他们的世界观吗？

那要看你们是否想改变啦。

我们要怎样才能消灭更多的痛苦、更多的苦难呢？

你们要消灭你们之间所有的分离，根据新世界观，打造出全新的世界。

这种新世界观是什么样的？

它和你们现有的世界观截然不同。

现在你们认为世界——我们在这里说的是地缘政治意义上的世界——是由许多民族国家组成的，主权国与主权国之间相互分离，彼此独立。

这些独立民族国家的内部问题大体上不会被认为是整个世界的事情，除非它们已经影响到整个世界，或者世界上几个最强大的国家。

整个世界依据大国强国的既得利益来决定对某个国家的情况和问题采取什么反应。如果没有大国的利益会受到损害，那么这个国家的

情况就算糟糕透顶，也没有人会去关心。

每年成千上万的人可以死于饥饿，成百上千的人可以死于战争，暴君可以扫荡乡野，独裁者及其手下的武装匪徒可以强奸、抢劫、杀人，政府可以剥夺人民的基本权利——而你们其他人坐视不管。你们说这是“内部问题”。

但是，当你们在该国的利益处于险境，当你们的投资、你们的安全、你们的生活质量受到威胁，你们就会动员整个国家的力量，并试图说动世界其他国家，冲向那连天使也不敢踏足的地方。

然后你们会说出巨大的谎言，宣称你们的所作所为是出于人道主义考虑，是为了帮助世界上受压迫的人民，可是实际上你们只是在保护你们的利益而已。

我这句话是有凭据的：凡是和你们的利益无关的地方，你们从来不去关注。

这个世界的政治机器就是靠自我利益发动的。还能有其他新的动力吗？

如果你们希望你们的世界发生变化，那么必须找到新的动力。你们必须开始将别人的利益视为你们自己的利益。唯有当你们重新建构全球的政治格局，并据之统治你们自己时，这种情况才会发生。

你说的是全球统一的政府吗？

是的。

# Chapter 11

你说过会在第二卷谈论当今地球面临的宏观地缘政治话题（而第一卷谈论的主要是与个人相关的话题），但我没想到你的言词会这么激烈。

这世界不能再自我欺骗啦，要觉醒过来，要发现人类唯一的问题就在于缺乏爱。

爱带来宽容，宽容带来和平。狭隘制造战争，并对难以忍受的惨景冷漠处之。

爱不可能冷漠。它不知道如何冷漠。

要对全人类充满爱和关怀，最快捷的方法是把全人类视为你们的家人。

要把全人类视为你们的家人，最快捷的方法是别再将你们自己分开。当今世界上每个国家必须联合起来。

我们有联合国了呀。

联合国向来孱弱无力，前景也很黯淡。要让这个机构有效地运作，必须对它进行彻底的重组。并非不可能，但也许会很困难、很麻烦。

好吧，那你有什么提议吗？

我没有“提议”。我只是实话实说。在这次对话中，你告诉我你们的新选择是什么，我则如实说出实现这些选择的办法。关于当今地球上人民和国家之间现有的关系，你会做出什么选择呢？

我想引用你的话。如果让我选，我希望我们“对全人类充满爱和关怀”。

我实话告诉你吧，要让你的选择变成现实，你们必须组织新的政治共同体，让每个国家能够平等地拥有对世界事务的发言权，平等地享有世界上的资源。

那永远不可能。强大的富国永远不会将它们的主权、财富和资源拱手让给弱小的穷国。凭什么要它们那么做呢？

因为那么做对它们是最有利的。

它们可不是这么想的，我也不是这么想的。

如果你们国家的经济每年能够增加数十亿美元的规模，将这些钱用于让饥饿者有食品、贫穷者有衣服、流浪者有居所、年老者有依靠，为所有人提供更好的医疗服务和有尊严的生活标准，这对你们的国家来说难道不是最有利的吗？

嗯，有些美国人会说，这是拿富人和中等收入纳税人的钱来帮助穷人，于事无补的。这个国家依然会混乱不堪，犯罪现象在全国屡见不鲜，通货膨胀夺走人民积蓄的辛苦钱，失业率直线窜升，政府部门变得越来越臃肿，而学校则向学生派发避孕套。

你听起来像是在广播电台主持脱口秀呢。

这些确实是许多美国人关心的问题呀。

那我只能说这些人鼠目寸光啦。如果每年有数十亿美元——无非就是每月数千万美元，每周数百万元，摊到每天数目就更少了——投入到你们的经济系统……如果你们能够用这些钱来让饥饿者有食品、贫穷者有衣服、流浪者有居所、年老者有依靠，为所有人提供医疗服务和尊严，那么犯罪现象将会永远消失，难道你还不明白吗？那些钱投入你们的经济之后，新的岗位会像雨后春笋那样冒出来，难道你还不明白吗？甚至你们自己的政府部门也会变得精简，因为它要做的事情越来越少，难道你还不明白吗？

我觉得你说的情况有些也许会发生吧（我可无法想象政府机构会

变得精简！），但这些数千万、数十亿美元从哪里来呢？来自你那个新的全球政府稽征的税收吗？还是向那些“辛勤工作”的人收取更多的钱，然后送给那些不肯“自食其力”、想要不劳而获的人？

这是你的想法吗？

不是啦，但许多人是这么想的，我只是如实说出他们的观点。

嗯，这个问题我想等会儿再讨论。现在我不想转移话题——但是稍后我会跟你谈论这个。

太好啦。

但你刚才问到这些新的钱从哪里来。嗯，这些钱的来源不会是新的全球政府征收的新税项（虽然在开明的统治之下，这个政府的成员，也就是各个公民，将会愿意送出他们收入的百分之十，用以满足社会的整体需要），也不会是任何地方政府征收的新税项。实际上，到时有些地方政府肯定能够减免税收。

你们只要改变世界观，重新调整你们的世界政治格局，便能得到所有这些好处。

怎么可能呢？

你们可以把打造防御系统和进攻武器的钱省下来啊。

我明白啦！你希望我们解散军队！

不仅是你们。而是世界上每个国家。

但你们不用解散军队，只需要大规模地裁军就可以。内部秩序将会是你们唯一的需要。你们可以加强地方的警力（这是你们说你们想要做、但每年到了安排预算时又宣称你们做不了的事情），同时极大地削减你们用在战争武器和备战工作上的开支，也就是说，极大地削减你们用在进攻型和防御型大规模杀伤性武器上的开支。

首先，我认为通过这种办法节省下来的钱并没有你说的那么多。其次，我认为你永远无法说服人们认为他们应该放弃自我保护的能力。

让我们来看数据吧。目前（我们写下这句话的时候是1994年3月25日），各国政府每年用于军事需求的开销大约为一万亿美元。也就是说，全世界每分钟所花的军费是一百万美元。

军费最多的国家可以把最多的钱用于前面提到的那些当务之急。所以那些面积较大、财富较多的国家将会明白这么做对它们是最有利的——前提是它们认为这么做确实可行。但那些面积较大、财富较多的国家不敢完全放弃军事防御，因为它们害怕那些妒忌它们、想得到它们拥有的东西的国家会发起侵略和攻击。

有两种办法可以消除这种威胁：

1. 从世界上所有的财富和资源中拿出足够多的部分，用来和全世界人民分享，这样就没有人会渴望和需要别人拥有的东西，大家都能有尊严地生活，再也不会感到害怕。
2. 创造某个能够消灭战争的需要、甚至战争的可能性的分歧解决制度。

这世界上的人恐怕永远创造不了这样的制度。

他们已经创造出来啦。

是吗？

是啊。有个关于这种政治秩序的伟大实验正在你们的世界里进行。那个实验叫作美利坚合众国。

刚才你又说美国一败涂地。

是的。美国距离成功还非常遥远。（正如我刚才承诺过的，稍后我将会谈论这个问题，以及那些妨碍美国取得成功的心态。）尽管如此，它仍然是目前最好的实验。

那就像温斯顿·丘吉尔所说的。“民主是最坏的制度，”他曾经说，“除了其他所有制度以外。”

你们的国家率先让各个独立的州结成松散的联邦，成功地将它们联合成团结的群体，每个州都服从于中央政府。

起初，没有哪个州愿意这么做，每个州都极力抵制，生怕失去其独立的好处，宣称这种联合并不符合其最佳利益。

了解这些独立的州在当时的所作所为，也许对你们会有所启发。

当时它们虽然联合成立了松散的联邦，但没有真正的中央政府，所以没有力量来落实这些州签署过的联邦法案。

这些州主导它们自身的外交事务，其中几个私自和法国、西班牙、英国及其他国家就贸易与其他事务签署了协议。这些州彼此也有贸易往来，虽然联邦法案明文禁止，但有些州还是向其他州输入的货物征收关税——就像它们向外国的货物征收关税那样！商人别无选择，假如他们想要购买或者销售他们的商品，只能在海关付钱；由于没有中央政府，禁止征收此类税项的协议成了一纸空文。

这些独立的州也彼此交战。每个州都把它的民兵当作常规军队，九个州拥有海军，“别惹我”是每个州的官方铭文。

超过半数的州甚至印制它们自己的纸币。（尽管联邦已经规定这么做也是违法的！）

总之，你们原来那些州，虽然有联邦法案将它们联合起来，但它们却像今天的独立国家那样行事。

它们虽然明白各种联邦协议（比如说赋予国会铸造钱币的专属权利）并没有生效，却仍然顽固地抵制设立中央政府，听命于它，让它能够落实这些协议，并对它们进行管束。

然而，有少数进步的领袖逐渐占了上风。他们让各级官员和平民

百姓相信，设立新联邦政府给他们带来的好处，将会大于他们的损失。

商人将会节省资金，增加利润，因为各个州不再对彼此的货物征税。

各个州政府将会节省资金，能够有更多的钱可以投入那些真正对人民有帮助的计划和项目，因为资源不再用于州与州之间的相互防备。

人们将会得到更多的保障和安全，也会等到更多的财富，因为他们不再彼此争斗，而是相互协作。

各个州非但不会失去原有的好处，还会等到更多未有的利益。

当然，实际情况正是如此。

如果当今世界上一百六十个国家愿意结成联邦，结果也将与此相同。那意味着战争将会结束。

怎么可能呢？还会有纠纷的呀。

只要人类依旧执着于外在的事物，确实仍会有纠纷。真正地消灭战争——以及所有焦躁不安的经验——的办法是有的，但那是一种灵性的方法。而我们在这里要探讨的是地缘政治的方法。

实际上，诀窍就在于融合这两种方法。灵性的真相必须在实践生活中得到体现才能改变日常的经验。

在这种改变出现之前，纠纷仍然会存在。你说的没错。然而纠纷未必要用战争来解决。未必要用杀戮来处理。

加利福尼亚州和俄勒冈州有为水权而开战吗？马里兰州和弗吉尼亚州有为渔业而开战吗？威斯康辛州和伊利诺伊州、俄亥俄州和马萨诸塞州有为这些而开战吗？

没有。

为什么没有呢？它们之间从来没有过各种分歧和争执吗？

长年以来都有吧，我想。

肯定有啊。但这些州自愿同意，在遇到州与州之间的事务时，它们将会遵守特定的法律和协议，同时又保留独自处理州内事务的权力。

假如由于对联邦法律的解释有所不同，或者仅仅是由于某个州违反了法律，导致州与州之间确实出现了纠纷，那么这件事就要摆到法庭上去说，而法庭解决这次纷争的权力则是事先由各州共同赋予的。

如果现行的法律体系没有判例，或者没有办法让这件事情通过法庭得到满意的解决方案，那么当事的州和这些州的人民就会派代表去中央政府，试图制定新的法律，以便得到令人满意的结果，或者至少是达成一个合理的折中方案。

这就是你们的联邦的运作方式。你们有一套法律，有一个由你们授权来解释这些法律的法院系统，还有一个必要时以武装力量为后盾、保障这些法院的裁决得以执行的司法系统。

虽然没有人能够辩称这套系统无需改进，但这种政治格局已经运转了超过两百年！

没有理由怀疑在国家之间如法炮制不能取得相同的效果。

既然这么简单，为何没人试过呢？

试过啦。你们的国际联盟是早期的尝试。联合国是最新的尝试。

然而国际联盟以失败告终，联合国发挥的作用则微乎其微，因为那些成员国就像最早组成美联邦的十三个州那样，害怕它们在这样的重组中会得不偿失。

那是因为“当权者”关注保留他们的权力多过关注提高全体人民的生活质量。“有者”知道这样的世界联邦必定会让“无者”得到更多的好处——但“有者”认为这意味着他们的利益将会受到损害……而他们是什么都不肯放弃的。

他们不应该害怕吗？想要保留你经过多年奋斗才得到的东西是不合情理的吗？

首先，让饥渴者和流浪者拥有更多，未必需要其他人放弃他们的富裕。

正如我早前指出的，全世界每年的军事经费高达一万亿美元，你们只要把这笔钱用在人道主义事业上，就能够解决这个问题，而无须额外多投一分钱，也无须将富人的财产转移给穷人。

（当然，有人会说，那些贩卖军火、发战争财的国际集团将会成为“输家”，它们的雇员和所有那些从世界的冲突意识获得财富的人也将如此，但也许你们把财富之源摆错了地方。假如有些人必须指望世界连年狼烟不歇才能生存，那么这也许正好解释了你们的世界为什么会抗拒任何旨在创造能够带来永久和平的体制的尝试。）

至于你的第二个问题，假如你从外界意识来看话，那么无论个人或者国家，想要保留经过多年奋斗才得到的东西当然是合情合理的。

怎么说呢？

假如你在生活中最大的快乐仅来自对外界——外在于你自己的物质世界——的经验，那么你将永远不想放弃半点你累积而来的东西，那样不会让你感到快乐。这个道理无论对个人还是对国家都是成立的。

而且那些“一无所有”的人只要认为其自身的痛苦是由于缺乏物质的东西而引起的，他们也将会落入这个陷阱。他们将会不断地索取你们的所有，而你们则会不断地拒绝分享你们的所有。

所以我刚才说有种办法可以真正地消灭战争，以及所有焦躁不安的经验。但这是灵性的方法。

地缘政治问题就像个人问题，它们归根到底都是灵性的问题。

生活中的一切均是灵性的，所以生活中的一切问题皆有其灵性的根源，也能够藉由灵性得到解决。

战争会在你们星球上出现，是因为有些人拥有其他人想要的东西。所以有些人想做的事情，其他人并不希望他们去做。

所有冲突源自错位的欲望。

全世界唯一能够连绵不绝的和平是内在的和平。

让每个人都找到内在的和平。当你找到内在的和平，你也将能够找到外在的和平。

这无非意味着你不再需要身外之物。“无所需”是伟大的自由。首先，它能让你摆脱害怕：怕有些东西你得不到，怕你拥有的东西将会失去，怕缺乏某样东西你将会不开心。

其次，“无所需”能让你摆脱愤怒。愤怒是外显的害怕。假如没有任何事情能让你害怕，也就没有任何事情能让你愤怒。

当你得不到想要的东西，你不会愤怒，因为你想要它，只是出于偏好，而非出于必需。所以你并不怕有可能得不到它。所以你不会愤怒。

当你看到别人做了你不想他们做的事情，你不会愤怒，因为你并不需要他们做或不做任何事情。所以你不会愤怒。

当有人对你不友善，你不会愤怒，因为你并不需要他们对你友善。当有人对你爱意渐消，你不会愤怒，因为你并不需要他们来爱你。当有人冷酷无情，或者出口伤人，或者想要伤害你，你不会愤怒，因为你并不需要他们采取别的行为，而且你清楚地知道你不可能

受伤。

甚至当有人想要夺走你的生命，你也不会愤怒，因为你并不害怕死亡。

当你丢弃害怕，别人夺走你任何东西都不会让你愤怒。

你内在地、本能地认识到，你已经创造的一切，都可以重新被创造，而且更重要的是，那是没有关系的。

当你找到内在的和平，任何人物、地方、事情、条件、环境或者境遇都无法影响你的精神状态，也无法左右你对此在的体验。

这并不意味着你要拒绝所有跟身体有关的东西。当然不是这样的。唯有通过身体及其快乐，你对此在的经验才是完整的，因为你从前并没有相关的经验。

然而你对身体事务的参与将会是自愿的，而不是强制的。你将会经验身体的各种感觉，这是因为你选择了去经验；无论是要感受快乐还是要体会悲伤，你都是自愿选择的，而非迫不得已的。

若是每个人都能实现这种简单的转变（寻求内在的和平），它就能够结束所有的战争，消灭冲突，防止不公，给世界带来永恒的和平。

其他方法都是多余的，也是无效的。世界和平是个人的事情！

需要的并非环境的改变，而是意识的转变。

当饥肠辘辘时，我们如何能够找到内心的和平？当唇干舌燥时，我们如何能够泰然自若？当既冷又湿、无家可归时，我们如何能够冷静镇定？当心爱之人无故冤死时，我们如何能够避免愤怒？

你说的这些话像诗歌般优美，但诗歌有什么用呢？它对埃塞俄比亚那个眼睁睁看着弥留的孩子由于缺少食粮而死去的母亲来说有用吗？对中美洲那个由于试图阻止军队侵占其村庄而被子弹射进其胸膛

的男子来说有用吗？你的诗歌对布鲁克林那个被轮奸八次的女人来说有用吗？对爱尔兰那个在星期天早晨的教堂被恐怖主义分子炸死的六口之家来说有用吗？

下面这个道理令人难以接受，但我还是要告诉你：万事万物中均有完美。请努力去看到这种完美。这就是我说的意识转变。

毫无所需。渴望一切。接受现实。

感受你的感受。哭喊你的哭喊。欢笑你的欢笑。然而等到所有情感都平息之后，请安静下来，请认识到我就是神。

换句话说，在最凄惨的悲剧之中，请看到过程的光荣。哪怕你死于穿膛而过的子弹，哪怕你正在遭受轮奸。

这听起来似乎是不可能做到的事情。然而当你靠近神的意识，你就能做到。

当然，你不必非做到不可。这要看你想怎样经验那个时刻。

在悲剧发生的时刻，最难以做到的永远是让精神平静下来，潜到灵魂的深处。

当你对悲剧无法控制时，你就会自动地这么做。

你有跟意外将车开出桥梁的人说过话吗？或者跟突然发现有枪指着自己的人谈过？或者跟差点淹死的人聊过？他们往往会告诉你，时间在那一刻变慢了，他们感到出奇的镇定，根本没有害怕。

“别害怕，因为我与你同在。”这就是诗歌对遭遇悲剧的人所说的话。在你最阴暗的时分，我将会是你的光明。在你最漆黑的时刻，我将会是你的安慰。在你最艰苦的时候，我将会是你的力量。因此，信仰我吧！因为我是你的牧者，你必不至匮乏。我将会让你在绿茵地上憩息，我将会引领你到安静的水边。

我将会唤醒你的灵魂，以我的名义，引领你走上正途。

是的，当你走过死亡的阴谷，你不必怕遇害，因为我与你同在。我的杖、我的竿将会安慰你。

在你的敌人面前，我为你准备了宴席。我将会用油膏涂你的头。你的杯将会满溢。

当然，礼物和慈爱将会陪伴你终生，你将会安居在我的殿中，和我的心里，直到永远。

# Chapter 12

这太好啦。你刚才说得太好啦。我希望世人能听到。我希望世人将会理解，将会相信。

这本书有助于实现这个目标。你正在为此而出力。所以你正在为提升集体意识尽心尽力，做出贡献。每个人都必须为此而努力。

是的。

我们能换个新的话题吗？有种观点你先前说过你想要谈谈，我想现在是时候谈论那种观点啦。

我说的这种观点是许多人都有的，他们认为穷人得到的已经足够多，我们必须停止向富人收税（这实际上等于惩罚他们的勤劳致富），来为穷人提供更多的东西。

这些人相信穷人会成为穷人，基本上是他们咎由自取。许多穷人不思进取。他们宁愿领取政府的救济，也不愿自力更生。

许多人认为，对财富进行再分配（也就是共享财富），是一种邪恶的社会主义观念。他们引用那句“各尽所能，各取所需”，以此证明这种通过每个人的努力来保障所有人都能拥有基本尊严的想法起源于魔鬼般的《共产主义宣言》。

这些人信奉“每个人为自己负责”。你要是告诉他们这种想法太过冷酷无情，他们就会找借口说机会对所有人一视同仁；他们宣称没有人天生就处于劣势，既然他们可以“做得到”，那么每个人都可以——假如有人做不到，“那是他自己活该”。

你觉得这是不知感恩的傲慢想法，对吧？

是啊。但你觉得它怎样呢？

我对此不做任何判断。它只是一种想法。和这种或者其他任何想法相关的问题唯有一个。拥有这种想法对你有益吗？以你的身份和你想要获得的身份为标准，这种想法对你有益吗？

睁开眼看看这个世界吧，这是人们必须提出的问题。拥有这种想法对我们有益吗？

我实话告诉你吧：有些人——实际上，是许许多多的人——生来就处于你们所说的劣势。这是可以观察到的事实。

而同样真实的是，从非常高级的超物质层面来看，没有人处在“劣势”，因为每个灵魂为其自身创造出合适的人物、事件和环境，以便完成它想要完成的任务。

一切都是你选择的。你的父母。你的祖国。你重新进入这个世界后遇到的一切。

同样地，在生命中的日日夜夜、分分秒秒，你选择和创造各种人物、事件和环境，所有这些注定会给你带来各种恰当、合适和完美的机会，你想要通过这些机会来认识你自己的真实身份。

也就是说，若以灵魂想要完成的任务来看，没有人是处在“劣势”的。例如，灵魂也许想要投生于残缺的身体，或是进入专制的社会，或是承受巨大的政治经济束缚，以便制造出各种完成它早已定下的任务所需的条件。

所以我们明白，有些人确实处于各种物质意义的“劣势”，但从超物质的角度来看，这些条件其实是合适而完美的。

这种理论对我们来讲有什么实际意义吗？我们应该帮助那些处于“劣势”的人吗？或是不管他们，因为他们所处的位置实际上正是他们想要的，任由他们去“解决他们自己的业”？

这是个非常好、非常重要的问题。

首先要记住，你所思、所说、所做的一切，无不反映了你的为人；无不表明了你的身份，无不创造了你想要的身份。我反复提及这个道理，是因为你在人世所做的无非就是这件事情，这是你要做的事情。人世间没有别的事情，灵魂没有其他任务。你是想要获得和经验你的真实身份，并创造你的真实身份。你在每个此刻不停地创造出新的自我。

在这个大前提之下，当你在你们的相对世界中遇到某个看似处于劣势的人，你首先要问的是：在这次相遇中，我是什么人，我想要成为什么人？

换句话说，无论你遭遇哪种境况，你首先应该问的永远是：我想要在这里干什么？

你听到了吗？你的第一个问题永远必须是：我想要在这里干什么？——而不是：对方想要在这里干什么？

这是我听过最吸引人的、关于如何处理人际关系的睿见。它也跟我接受过的所有教育相悖。

我知道。但你们在处理人际关系方面做得很糟糕，原因就在于你们总是想要弄清楚对方想要什么、别人想要什么——而不是你们真正想要的是什么。然后你们不得不决定是否要把它送给他们。你们是这么做出决定的：先看看你们想要从他们那里得到什么。如果你们觉得他们没有你们想要的东西，就会认为你们没有理由把他们想要的东西送给他们，也很少会那么做。从另一方面来说，假如你们发现他们有你们确实想要或者也许想要的东西，那么你们的自我求生心理就会发挥作用，就会试图把他们想要的东西送给他们。

然后你们会心生怨恨，尤其是在别人最终没有把你们想要的东西送给你们的时候。

在这种“我将会和你交易”的游戏里，你们确立了一种非常微妙的平衡。你满足我的需求，我就会满足你的。

可是所有关系（无论是国与国的关系还是人与人的关系）的目标都和这个并不相干。你们和所有别人、地方、事物之间的关系的目标，并不在于弄清楚他们想要或者需要什么，而在于弄清楚现在的你们为了成长，为了成为你们想要成为的人，想要或者渴望什么。

所以我给其他事物创造了关系。因为若非有关系，你们将会继续生活在你们出身的真空、虚无、永恒的鸿蒙之中。

然而在鸿蒙之中，你们只是存在，无法经验到你们作为任何具体事物的“觉悟”，因为鸿蒙之中并没有不是你们的东西。

所以我设计出一种办法，让你们可以在你们的经验里重新创造和认识你们的身份。我为此向你们提供了：

1. 相对——在相对的系统里，你们可以作为某样相对于其他东西的事物而存在。
2. 遗忘——通过遗忘的过程，你们自愿选择了彻底的失忆，这样你们就无法认识到相对世界只是幻象，而你们其实是宇宙间的全部。
3. 意识——在意识的状态中，你们得以成长，直到完全觉悟，然后在你们不断地延伸意识的界限（其实意识是没有界限的）的过程中，变成真正的、现世的神，创造和经验着你们自己的实在，扩张和探索那个实在，改变和重新创造那个实在。

在这个模式里，意识便是一切。

意识（你们对真正觉察到的事物的意识）是所有真相的基础，因而也是所有真正的灵性的基础。

可是这有什么意义呢？你先让我们忘记我们的身份，就是为了让我们可以忆起我们的身份吗？

不全是。你们还可以创造你们的身份和你们想要获得的身份。

这是那种让神成为神的行动。这是那种让我——通过你们——成为我的方法。

这是所有生活的意义。

通过你们，我经验到我的身份和本质。

没有你们，我能够认识它，却无法经验它。

认识和经验是两回事。要是让我选，我肯定会选择经验。

实际上，我确实选择了经验。通过你们。

这好像跟我原来的问题没有关系吧。

哎呀，让神只谈某个话题很难啦。我喜欢借题发挥。

我们刚才讨论什么来着？

哦，对了——遇到那些不幸者该怎么办。

首先，根据你和他们的关系，确定你的身份和本质。

其次，如果你确定你想要经验到你自己是支援，是帮助，是爱和同情和关怀，那么看看你要怎样才能最好地成为这些东西。

要注意的是，你成为这些东西的能力，和别人是什么、在做什么毫不相干。

有时候，爱某个人的最佳方法，以及你能给出的最好帮助，是别去打扰他们，或者使他们有自助的能力。

这就像参加宴席。生活是一顿自助餐，你可以让他们自己去品尝。

请记得你能给予别人的最大帮助是唤醒他们，让他们想起他们的真实身份。这么做的方法有许多。有时候是帮个小忙，推他们一下，拉他们一把，给他们一点鼓励……有时候则是任由他们去走他们的路，去行他们的道，去踏他们的径，而你别加以干涉或者干预。（所有父母都知道这个选择，每天为之苦恼不已。）

你有机会为不幸者所做的事是提醒他们，改变他们的想法。也就是说，促使他们对自己产生新的想法。

而你也要对他们产生新的想法，因为你若是视他们为不幸者，他们就会是不幸者。

耶稣的伟大天赋在于，他看每个人，都能看到他们的真实身份。他拒绝接受表象，他拒绝认可别人对他们自己的想法。他总是有更高级的想法，而且他总是邀请别人接受它。

然而他也尊重其他人的选择。他并没有要求别人接受他那更高级的想法，只是把它当作邀请摆出来。

他也怀着同情和这些人打交道——假如别人选择了将他们自己视为需要帮助的生灵，他不会因为他们错误的定性而拒绝，而是容许他们去爱他们的实在，并满怀爱意地协助他们执行他们的选择。

因为耶稣知道，要让某些人认识到他们的身份，最快捷的道路是让他们去经验那些和身份不符的事情。

他并没有宣称这是不完美的道路，从而去谴责它。他反而认为这样的道路也是“完美”的——并因而支持每个人去获得他们想要得到的身份。

因此，任何请求耶稣帮助的人都会如愿以偿。

他从不否定任何人——但总是谨慎地确保他帮助人们实现的欲望是完整而诚实的。

假如别人诚心地追求光明，诚实地表明他们已经做好前往更高层次的准备，耶稣会给他们力量、勇气和智慧去这么做。他正确地将他自己树为榜样，鼓励人们说，如果他们做不到，那就信仰他吧。他说他不会引领人们走入歧途。

许多人确实信仰他，时至今日，他仍帮助那些呼唤他的名字的

人。因为他的灵魂致力于唤醒那些追求完整地认识我、彻底地效仿我的人。

然而耶稣也怜悯那些并不这么做的人。所以他拒绝自以为是，而是像他的天父那样，永远不做审判。

耶稣认为完美的爱是先让所有人知道他们能够获得的帮助，然后再将他们要求的帮助赐给他们。

他从不拒绝帮助任何人，更不会怀着“床是你铺的，你自己睡”的想法去拒绝。

耶稣知道，假如他送给人们的是他们想要的帮助，而非仅仅是他想要给予的帮助，那么他就是在他们做好接受能力增强的层面上增强他们的能力。

所有大师都是这么做的。那些曾经行走在你们星球上的大师，那些如今行走在你们星球上的大师，都是这么做的。

我可被你搞糊涂啦。在什么时候提供帮助会削弱对方的能力呢？在什么时候提供帮助非但无益反而有害于别人的成长呢？

当你的帮助创造的并非快速的独立，而是持续的依赖，那么就会出现这种情况。

当你打着同情的旗号，纵容别人依赖你，而不是依赖他们自己，那么就会出现这种情况。

那不是同情心，那是强迫症。那样的话你就患上了权力强迫症。因为那种帮助其实主要是为了让施助者获得心理满足感。这种区别是非常微妙的，有时候你甚至不知道你那么做是为了让自己得到满足。你真的相信你只是尽力去帮助别人而已……可是你要当心点，别只是为了凸显你自己的重要性。因为那样的话，你就会容许别人让你为他们负责，你就会容许他们让你显得很强大。而那当然会让你觉得自己很重要。

然而这种帮助是引诱弱者的春药。

帮助的目标是让弱者变得强大，而非让弱者变得更弱。

这正是许多政府扶助制度的问题所在，因为它们所做的通常是前者，而非后者。政府出台扶助制度可能是为了稳固自身的统治。这些政府的目的可能是为了证明它们有存在的必要，因为它们能够帮助那些它们想要扶持的人。

政府的扶助都应该有个限度，它可以在人民确实需要帮忙的时候扶助他们，但不能让人民养成对扶助的依赖，而是让他们学会自食其力。

政府明白帮助就是权力。所以政府会向尽可能多的人提供尽可能多的东西——因为政府帮助的人民越多，帮助政府的人民就会越多。

凡是得到政府支持的，无不支持政府。

那就不应该对财富进行再分配。《共产主义宣言》是撒旦的宣言。

撒旦当然是不存在的，但我明白你的意思。

“各尽所能，各取所需”这句话蕴含的思想并不邪恶，它很美丽。它无非是用另一种方式说四海之内皆兄弟。有可能变得丑陋的，是对这种美丽思想的落实。

分享必须是一种自发的生活方式，而不能是政府强行施加的命令。分享应该是自愿的，而不是受到强迫的。

但我又想和你争论啦！最好的政府就是人民，人民视政府的各种制度为“生活方式”，他们通过这些机制分享社会的财富。而且我想指出的是，人民通过他们的政治体制集体地选择了这么做，因为历史反复地证明给人民看，那些“有者”绝对不会和“无者”分享他们的财富。

俄罗斯的农民就算等到天荒地老，也等不来俄罗斯贵族分享其财

富——后者往往通过农民的辛苦劳动来获利和增加财产。贵族只留给农民勉强够活命的口粮，以此“奖励”他们继续在土地上耕作，让拥有土地的贵族变得更加富有。这哪是相互依存的关系啊！就不公平程度和腐败程度而言，这种“只有你帮助我，我才会帮助你”的社会关系比政府发明的任何制度都要厉害得多！

令俄罗斯农民奋起反抗的正是这种腐败。正是由于人民对“有者”永远不会主动将其财富送给“无者”的情况感到绝望，才会创立一个保证所有人都得到平等对待的政府。

当饥肠辘辘、衣裳褴褛的民众在法国的玛丽皇后窗下吵闹的时候，皇后正躺在镶金嵌玉的浴缸里，慢慢地品尝着进口的葡萄，轻描淡写地说：“让他们去吃蛋糕呀！”

令受践踏者忍无可忍的正是这种态度。这种情况导致了法国大革命，创造出所谓的专政政府。

劫富济贫的政府被称为专政政权，而纵容富人剥削穷人的政府则被称为专制政权。

甚至你可以去问今天的墨西哥农民。据说掌控墨西哥的，其实是二十到三十个有钱有势的精英家庭（主要是因为他们拥有这个国家！），与此同时有两千到三千万人生活在极端的贫困之中。所以墨西哥农民在1993年和1994年间发起革命，以此迫使该国的精英政府承认它有帮助人民的责任，至少应该让人民能够谋得三餐温饱。这就是精英政府和“民有、民治、民享”政府的区别。

难道人民政府不正是由那些对自私的人性感到绝望的愤怒人们所创立的吗？难道政府制度不正是为了补救人类不愿意相濡以沫的本性而出现的吗？

难道政府没有制订众多公平住房法律、儿童劳工法案和支持有孩子需要抚养的单身母亲的制度吗？

难道政府的社保制度不是为了向老年人提供他们的家人不愿或者

无力提供的东西吗？

我们仇视政府的管制，可是在没有管制的时候，我们又不愿去做那些必须做的事，你说我们到底应该怎么办呢？

据说从前有些煤矿工人的工作环境特别糟糕，后来政府要求那些肮脏而富有的矿主清理他们肮脏的煤矿。那些矿主为什么不主动去做呢？因为那会降低他们的利润！富有的矿主根本不管危险的矿井里要死掉多少贫穷的工人，才能让利润延续和增长。

从前的初级工人从企业得到的薪酬跟奴隶的待遇差不多，后来政府强制推行最低工资政策。有些人想要回到“美好的过去”，他们说：“那又怎样呢？企业家毕竟提供了岗位呀，难道不是吗？再说了，经营风险是谁来承担呢？工人吗？不是的！承担全部风险的是投资者，是企业家！所以他应该得到最大的回报！”

凡是认为雇主应该尊重那些为他赚钱的员工的人，无不被称为共产主义者。

凡是认为住房福利不应该因肤色拒绝申请者的人，无不被称为社会主义者。

凡是认为女性不应仅因性别而得不到录用或升职的人，无不被称为激进女权主义者。

政府若是通过民选代表来处理这些社会权贵顽固地拒绝自行解决的问题，就会被说成是专政的政府！（得到政府帮助的人不会这么说。只有那些拒绝帮助同胞的人才会这么说。）

现在医疗保健领域出现了更为明显的例证。1992年，美国总统和他的夫人认为，数百万美国人得不到预防性医疗保健服务的情况是不公平的、不适当的。他们的看法引发了一场大争论，甚至连制药业和保险业也参与其中。

政府提出了解决方案，私营行业也提出了解决方案，但真正的问

题并不在于谁的方案更好。真正的问题在于：为什么私营行业没有在很早之前就提出它自己的解决方案？

我愿意告诉你原因。因为它没有义务那么做。没有人会因此而抱怨它。而且这个行业是唯利是图的。

它的眼里只有利润、利润、利润。

所以我得出这种看法：我们对政府怒吼、咆哮和抱怨是没有用的。很明显的事实是，政府处理了私营行业不愿解决的问题。

我们也可以这么说，即使政府目前的所作所为违背人民的意愿，但只要人民控制政府（美国的情况大体上就是这样），政府就能够继续制订和实施解决各种社会问题的方案，因为大多数人是无钱无势的，他们只好通过法律捍卫自己的利益，得到社会不肯自愿送给他们的东西。

只有在那些政权并不掌握在人民手里的国家，政府才会对不平等的社会现象坐视不管。

所以现在的问题是：政府管多少算管得太多？管多少算管得太少？我们怎样才能取得平衡？

哇，我以前还没见过你这么慷慨陈词的样子呢！在我们这两本书里面，你一口气说这么多话，还真是少见。

是啊。你说过这本书要讨论某些人类大家庭面临的全球性问题嘛。我想我刚才提出了一个大问题。

是的，你说得很好。数百年来，从汤恩比到杰弗逊再到马克思，每个人都想解答这个问题。

好吧——那么你的对策呢？

看来我们又得绕回去啦，我想要重申我说过的某些话。

你说吧。也许我是需要再听一次。

首先我要指出的事实是，我并无“对策”。因为我不认为这是个问题。它只是事实而已，我对那种事实没有好恶之分。在这里我只是实话实说，描述每个人都能看到的事实。

好吧。你没有对策，你没有好恶。你能说说你看到的事实吗？

我看到的事实是，世界尚无出现能够彻底地解决这个问题的政府，不过美国政府在这方面做得最好。

困难在于，善意和公平属于道德的范畴，并不属于政治的领域。

政府是人类想要强制推行善意和保障公平的尝试。然而产生善意的地方只有一个，那就是人类的心灵。能够将公平概念化的地方只有一个，那就是人类的精神。能够真正经验到的爱的地方只有一个，那就是人类的灵魂。因为人类的灵魂就是爱。

你们无法将道德变成法律。你们无法通过法律勒令人们“彼此相爱”。

我们现在是在兜圈子，因为这些话我们以前都说过。尽管如此，这次讨论仍是好的，所以我们继续下去吧。哪怕有些话要重复两三遍，那也是可以的。我们现在要做的就是彻底弄明白，看看你们想创造出什么样的解决方案。

好啊。我想问原来提过的问题。法律不就是人类想要规范道德观念的尝试吗？“立法”不就是我们试图就“对”和“错”达成一致意见的努力吗？

是的。你们的社会很原始，确实需要某些民事法律，需要某些规章和政令。（你知道的，在那些非原始的社会里，法律是多余的。所有生灵都是自我管束的。）在你们的社会，你们仍然面临着一些非常基本的问题。穿过马路之前，你们应该先停下脚步吗？你们要根据某些协议来进行买卖吗？你们和他人的交往有什么禁忌吗？

但说真的，哪怕是这些基本的法律，这些关于谋杀、伤人、欺诈甚至闯红灯的法规，本来也应该是多余的，只要所有地方的所有人遵守的是爱的法则。

那就是神的法令。

你们需要的是意识的成长，而非政府的成长。

看来我们只要遵守十诫，就万事无忧啦！

十诫这种东西是不存在的。（请参见第一卷对这个问题的详细论述。）神的法就是没有法。这是你们无法明白的道理。

我没有任何要求。

许多人无法相信你最后这句话。

请他们看第一卷。它完整地解释了这个道理。

那就是你对这个世界的建议吗？彻底的无政府状态？

我没有任何建议。我只是说出可行的办法。我只是告诉你实际上什么是可行的。我也没有说无政府状态——完全没有任何管制、规章、制度或者禁令——是可行的。只有高级生灵才能采用这种形式，可是在我看来，人类还不算是高级生灵。

所以某种程度的管制是必需的，直到你们人类进化到能够自然地去做本质上正确的事情。

在这之前，你们设立政府是非常明智的做法。你刚才说的那句话一针见血、无懈可击。当人们能够自己做主的时候，他们往往不会去做“对”的事。

真正的问题不在于政府为什么要将如此之多的规章制度强加给人民，而是政府为什么不得不这样做？

答案跟你们的分离意识有关。

你是说我们那种认为我们自己是彼此分离的个体的意识吗？

是的。

但假如我们不是彼此分离的，那么我们就是一体。那不就意味着我们要为彼此负责吗？

是的。

但那不会妨碍我们取得伟大的个人成就吗？如果我要为所有人负责，那么《共产主义宣言》就是对的！“各尽所能，各取所需。”

我已经说过，这种思想非常高尚。但如果用残暴的手段来推行它，它就不再高尚啦。这就是共产主义的问题所在。这种思想是没问题的，但它的施行很有问题。

有人说这种思想必须通过强制手段来推行，因为它违背了基本的人性。

你这句话真是一语中的。需要改变的是基本的人性。你们必须在这方面做出努力。

创造出你提到的那种意识转变吗？

是啊。

但我们又得旧话重提啦。集体意识难道不会妨碍个人的发展吗？

让我们来看看。假如地球上每个人的基本需求都得到满足，假如绝大多数人能够过上有尊严的生活，不用为了糊口奔波劳碌，全人类不就能够踏上追求更高尚的目标之路吗？

个人的生存得到保障之后，个人的伟大成就真的会受到压制吗？

个人的光荣必须以牺牲大多数人的尊严为代价吗？

以损害别人利益为代价而获得的光荣，又算得上什么光荣呢？

我安置在你们星球上的资源，让每个人过上富足的生活还绰绰有余。每年怎么会有成千上万的人饥饿致死？成百上千的人流落街头？数百万人为基本的尊严而呼号？

能够终结这种现象的帮助并不是那种削弱受助者能力的帮助。

假如那些过得好的人说他们不愿帮助挨饿者和流浪者，因为他们不想削弱这些人的能力，那么他们就是伪善者。因为没有人能够在其他人陷入绝境的时候还能真正“过得好”。

要看社会的进化程度有多高，只要看它对其最弱小的成员有多好。正如我说过的，最难的是找到帮助人们和伤害他们之间的平衡。

你能指点我们吗？

总的指导方针是这个：在无法确定的时候，永远要本着同情心去行动，哪怕会因此而犯错。

用下面的问题来判断你们是在帮忙还是在伤害：得到你的帮助之后，你的同胞是进步了还是后退了？是变大了还是缩小了？是更有力量还是更加无能了？

有人说如果你把一切东西都送给人家，他们将会变懒，不会再那么勤奋地工作。

可是他们为什么必须为在生活中拥有基本的尊严而勤奋工作呢？这世界的资源不够全部人使用吗？为什么无论什么东西都必须“勤奋工作”才能得到呢？

基本的尊严不是大家与生俱来的权利吗？不应该是吗？

如果有人想要得到比基本的生活保障更多的东西，比如说更多的食物、更大的住所、更好的衣服，那么他应该通过努力去实现这些目标。但地球上的资源足够所有人用，为什么连生存都是人们的奋斗目

标呢？

这正是人类面临的核心问题。

关键并不在于保证人人平等，而在于让每个人有基本的保障，能够有尊严地生活，从而使得每个人都有机会在这个基础上选择他们更想要的东西。

有些人会说，有的人就算得到机会，也不去珍惜。

他们说的诚然是事实。可是这就带出另外一个问题了：对于得到机会却不珍惜的人，你们是不是应该给他们更多的机会呢？

当然不。

如果我采用这种态度，你们早就在地狱永世不得超生啦。

我告诉你吧：在神的世界里，同情永不终结，爱永不停止，耐心永不枯竭。唯有在人类的世界里，善意才是有限的。

在我的世界里，善意是无穷无尽的。

哪怕在我们配不上它的时候也是这样吗？

你们永远配得上它！

哪怕我们将你的善意丢到你脸上？

如果你们这么做，那就更加配得上啦。（“如果有人打你的右脸，把你的左脸也转向他。如果有人请你陪他走一里路，陪他走上两里吧。”）假如你们把我的善意丢到我脸上（顺便说一声，几千年来，你们就是这么对待神的），我明白你们只是产生了误会。你们并不知道你们的最佳利益是什么。我同情你们，因为你们产生误会的根源并非邪恶，而是无知。

但有些人真的很邪恶。有些人天生就很坏。

这是谁告诉你的呢？

我亲眼观察到的。

那么你的眼力很有问题。我以前告诉过你这个道理：人们所做的事情，如果以他们的世界观为标准，没有哪件是邪恶的。

换句话说，无论在什么时候，他们只是尽力把事情做到最好而已。

所有人的所有行动都以手头的资料为基础。

我之前说过的，意识就是一切。你们察觉到的是什么？你们认识到的是什么？

可是如果人们为了自己的利益而攻击我们、伤害我们，甚至杀死我们，这也不是邪恶的吗？

我早就告诉过你啦：所有的袭击都是求助的呼声。

没有人真的渴望伤害别人。那些这么做的人（对了，也包括你们自己的政府），之所以这么做，是因为他们错误地认为这是获得他们想要的东西的唯一办法。

我已经在这本书里大略地给出了更高级的方法，可以用来解决这个问题。只要毫无所需就可以。可以有偏好，但别有需求。

然而这是非常高级的存在状态，这是大师的境界。

就地缘政治而言，全世界为什么不联合起来，着力于满足每个人最基本的需求呢？

我们正在这么做啊——正在尝试这么做。

人类历史已经过了几千年，这就是你们取得的最大成就吗？

实际上，你们几乎根本没有进化。你们仍然抱着“每个人为自己

负责”的原始心态去行事。

你们破坏地球，掠夺她的资源，剥削她的人民，全面地排挤那些反对你们这么做的人，蔑称他们为“激进分子”。

你们这么做，全是为了你们那些自私的目标，因为你们养成了一种用其他办法无从维持的生活方式。

每年你们必须砍伐数百万英亩的树林，否则你们就没有报纸可看。你们必须把保护地球的臭氧层耗掉数英里厚，否则你们就不能用头发定型喷雾。你们必须将江河和溪流污染得不可复原，否则你们就无法得到更大、更好、更多的工业产品。你们必须剥削你们之中获取最少财富、拥有最少权势、得到最少教育、领悟最少道理的人，否则你们就无法以从未听闻（和多余）的奢侈生活在人类等级的最上端。最后，你们必须否认你们正在这么做，否则你们会连你们自己都受不了。

你们无法由衷地认可“简单生活，让别人能够活下去”。对你们来说，这句汽车保险杠的标语太过简单。它对你们要求得太多。要你们割舍的也太多。毕竟，你们十分辛苦地工作才拥有这些！你们一点都不甘心舍弃！就算这种生活方式会危害到其他人（当然包括你们自己的子孙后代），管他呢，对吧？你们既然能够生存，能够有今天——他们同样也可以做到！毕竟每个人都要为自己负责，对吧？

有办法摆脱这种糟糕的局面吗？

有啊。要我再说一遍吗？转变意识啊。

你们无法通过政府行为或者政治手段来解决这些危害人类的问题。这种方法你们已经试了好几千年。

唯一必须出现改变只能出现在人们的心里。

你能用一句话说出这种必须出现的改变吗？

我说过好几次啦。

你们必须别再认为神和你们是分离的，你们之间彼此是分离的。

终极的真相就是唯一的解决办法：宇宙间没有和其他任何事物分离的东西。万事万物均是生活的脉络，它们本质上是相互联系、相互依赖、相互影响、相互交织的。

所有政府、所有政治必须以这个真相为基础。所有法律必须扎根于这个真相。

这是你们人类未来的希望，是你们星球唯一的希望。

你刚才谈到爱的法则，它是怎么运作的呢？

爱给予一切，毫无所需。

我们怎能做到毫无所需呢？

如果人类的每个人给予一切，你们还需要什么呢？你们需要东西，只是因为别人有所保留。别再有所保留啦！

这是行不通的，除非我们所有人同时这么做。

确实需要一种全球意识。

然而，那是怎么来的呢？终归有人要带头。

现在你有机会啦。

你可以成为这种新意识的源头。

你可以披露这个神圣的信息。

实际上，你必须这么做。

我啊？

要不然还有谁呢？

# Chapter 13

我要怎么开始呢？

成为照耀世界的光，别伤害它。努力去建设，别试图破坏。

带我的人回家。

怎么带呢？

将你自己树为光辉的榜样。只追求神圣。只言说真相。只表现爱。

在生活中体现爱的法则，从现在直到永远。给出一切，毫无所需。

避开庸俗的。

别接受不可接受的。

教导所有想要了解我的人。

让你生命的每个时刻都是爱的漫溢。

用每个时刻去思考最高尚的思维，去说最高尚的话语，去做最高尚的事情。这样你就能为你的神圣自我增添光彩，从而为我增添光彩。

将和平带给所有你接触到的人，进而将和平带给地球。

成为和平。

在每时每刻感受和表达你与全体，与每个人物、地方和事件之间的神圣联系。

拥抱每种境况，承认每次错误，分享每份欢乐，思考每个秘密，体谅每片苦心，宽恕每次冒犯（包括你自己的），治疗每颗心灵；尊重每个人的真相，敬爱每个人的神明，保卫每个人的权利，维护每个人的尊严，提升每个人的利益，满足每个人的需求，认可每个人的神圣，向每个人馈赠最伟大的礼物，向每个人送出最好的祝福，向每个人宣告神是深爱他们的，他们的未来是安全的。

成为那寄居在你体内的最高真相在人世间的榜样。

谦虚地谈论你自己，以免有人误将你的最高真相视为吹嘘。

轻声地说话，以免有人觉得你只是想引人注目。

温柔地说话，以便所有人都能够认识到爱。

敞开地说话，以免有人觉得你有所保留。

坦率地说话，以便你不会遭致误解。

经常地说话，以便你的言语可以真正地传播。

恭敬地说话，以便不会侮辱到任何人。

爱怜地说话，以便每个音节都温暖人心。

在你说的每句话中都要提到我。

让你们的生活变成神的礼物。请永远记住，你就是神的礼物！

成为每个进入你生活的人的礼物，也成为每个你进入其生活的人的礼物。假如你不能成为礼物，请不要进入别人的生活。

（你可以永远是礼物，因为你永远是神的礼物——然而有时候你并不让自己明白这一点。）

如果有人意外地进入你的生活，去寻找那个人想要从你这里得到的礼物。

你这话说得真好啊。

你以为别人来找你还有其他原因吗？

我告诉你吧：每个进入你生活的人，都是为了从你这里得到礼物。通过这么做，他也给了你礼物——那种让你得以经验和实现你的身份的礼物。

当你明白这个简单的真相，当你理解它，你就明白了最大的真相：

我派到人间的

都是天使。

# Chapter 14

我被你搞糊涂啦。我们能回过头吗？有些说法好像是自相矛盾的。我听到你说，有时候对别人最好的帮助是别去打扰他们。然后我又听到你说，如果看到有人需要帮助，千万要伸出援手。这两句话似乎有冲突。

让我来理清你对这个问题的思考。

永远不要提供那种削弱对方能力的帮助。永远不要固执地提供你认为对方需要的帮助。让对方知道你能提供的全部帮助，然后听听他们想要什么，看看他们准备好接受什么。

提供对方想要的帮助。对方往往会说，或者通过行动表现，他们只想不被打扰。尽管你觉得你想要提供帮助，但是别去打扰他们可能是你提供的最佳礼物。

假如对方后来想要某样别的东西，你要看看你是否有这样东西可以给出去。如果有，那么就给。

然而千万别给任何能削弱对方能力的东西。因为削弱对方能力的东西会催生或者增强依赖性。

实际上，既帮助对方、又提高他们能力的办法总是有的。

假如别人确实在寻求你的帮助，那么你不能彻底地忽略他们的困境，因为和帮得太多相同，完全不帮也无法提高别人的能力。作为拥有更高意识境界的人，你不能忽略兄弟姐妹的真实困境，宣称让他们“自生自灭”是你能送给他们的最好礼物。那种态度是最严重的自大和傲慢。它只会让你为自己的无动于衷感到心安理得。

我再次向你推荐耶稣的生平和他的教诲。

因为从前正是耶稣对你们说过，我将会对右边那些人说，走吧，你们是我宠爱的孩子，去继承我为你们准备的王国吧。

因为我饥饿时，你们给我食物；我口渴时，你们给我喝水；我无家可归时，你们为我找到住所。

我裸体时，你们给我穿衣；我生病时，你们来探望我；我坐牢时，你们带给我安慰。

他们将会对我说，主啊，在什么时候我们看到你饥饿，并给你食物？口渴，并给你水喝？在什么时候我们看到你无家可归，并给你找到住所？赤裸，并给你穿衣？在什么时候我们看到你生病或者坐牢，并给你安慰？

我将会这样回答他们：

真的，真的，我对你们说——这些人都是我的兄弟，只要你们帮助过其中最穷苦的，就等于帮助过我。

这是我的真相，它将历经千秋万世而不变。

# Chapter 15

我爱你，你知道吗？

我知道。我爱你。

# Chapter 16

因为我们正在讨论的是宏观的全球问题，同时也回顾我们原先在第一卷对个人生活的探讨，所以我想问你关于环境的问题。

你想知道些什么呢？

有些环境保护者说它正在遭受破坏，这是真的吗？或者这些人只是毕业于伯克利加州大学而且抽大麻的极端激进分子和共产党员？

都是呀。

啊？？？

开玩笑的啦。好吧，第一个问题，是的；第二个问题，不是的。

臭氧层有破洞了吗？雨林正在消失吗？

是的。但环境问题不仅是这些明显的事情。还有许多没那么明显的迹象也应该引起你们的注意。

你能解释清楚吗？

好啊。比如说，地球上的土壤短缺问题发展得很快。也就是说，你们可以用来种植粮食的好土壤变得越来越少。这是因为土壤需要时间恢复元气，而你们的粮食种植公司没有时间。它们想要土地不停地产出、产出、产出。所以那种土地换季休耕的古老办法正在被抛弃，或者休耕期正在缩短。为了赶时间，许多化学物质被倾倒进土地，以便让它更快地变得肥沃。然而就此而言，以及就其他方方面面而言，你们无法开发出能够代替大地母亲的人造物，你们的人造物不可能提供她所提供的东西。

结果是，有些地方可用的肥沃表层土壤储备遭到你们的侵蚀，实际上已经只剩下几英寸那么薄了。也就是说，你们种植的庄稼越来越

多，而耕地中的养分则越来越少。没有铁质。没有矿物质。没有你们依赖土地提供的东西。然而更糟糕的是，你们吃的食物充满了你们绝望地倾倒到土壤里、试图用来取代土壤的化学物质。虽然短期内不会给你们的身体造成明显的破坏，但是你们将会悲伤地发现，这些停留在你们体内的化学品长远来看并不利于你们的健康。

快速翻耕造成的土壤流失并不是大多数人会注意到的现象，那些不停地寻找下个时髦话题的雅皮环保主义者也没有意识到宜耕土壤储备持续下降的严重性。随便找个地球科学家，向他咨询这个问题，你将会听到大量的回答。它涉及范围很广的问题，它是世界各地都有的问题，它是很严重的问题。

你们完全无视地球母亲的需要和自然过程，用各种方法来伤害和破坏养育所有生命的她，上面说的只是这些方法中的一种。

你们根本就不关心地球，只顾顺遂你们自己的情欲，满足你们自己直接的需求（这些需求大多数是过度），实现人类永远追求更大、更好、更多的欲望。然而你们人类也许应该问：到底要多少才够？

我们为什么不听环境保护者的话呢？我们为什么对他们的劝告充耳不闻呢？

你们在处理这个问题的时候，受到某种显而易见的心态的影响。有个你们发明的成语很好地概括了这种心态。那就是“唯利是图”。每当遇到影响生活质量和生活方式的重要事务，你们都会采用这种心态。

既然大多数人抱有这种不良的心态，我们怎样才能有解决这些问题的希望呢？

很简单啊。消灭金钱就好啦。

消灭金钱？

是的。至少应该消灭金钱的隐蔽性。

我听不懂。

大多数人会把令他们感到羞愧或者他们不想让别人知道的东西藏起来。所以大多数人把性生活藏起来，所以差不多所有人都把钱藏起来。也就是说，你们对它不够开放。你们认为钱是非常私人的东西。这就是问题所在。

假如每个人完全了解每个人的经济状况，那么你们的国家和你们的星球将会出现前所未有的提升。在那之后，人类在处理各种事务时将能够做到公正、平等、诚实，以及真正地为所有人的利益考虑。

现在的市场不可能有公正、平等、诚实和公共利益，因为钱很容易被隐藏。你们确实可以把它拿走，然后藏起来。做假账的会计人员也能用各种方法让企业的钱“隐形”或者“消失”。

由于钱可以被藏起来，所以谁也没办法确切地知道别人拥有多少钱，或者用钱来干什么。这使得大量不公平和欺诈的现象得以存在。比如说，企业付给两个从事相同工作的员工的薪水可能相差甚远。它们可以付给某个人五点七万美元的年薪，而付给另外那个人的年薪则是四万两千美元，其实他们做的工作是相同的，第一个雇员拿得多，只是因为他拥有某样第二个雇员没有的东西。

什么东西啊？

阴茎。

哦。

是的，这下你明白啦。

可是你不知道啦。和第二个雇员相比，拥有阴茎让第一个雇员更有价值、更加敏捷、更加聪明，而且明显也更有能力。

我记得我当时不是这样创造你们的呀。我并没有让你们在能力上有这么大的区别。

你有的啦，你居然不知道，这让我很吃惊哦。地球上每个人都知道。

好啦，别再乱说啦，否则人们会认为我们真是这么想的。

你不是这么想的吗？我们都是这么想的啊！这个星球上的人都是。所以女人不能当罗马天主教或者摩门教的神父，不能在耶路撒冷哭墙的某一边出现，不能当《财富》五百强企业的高管，不能当航空公司的飞行员，不能……

是的，我们知道这些现象。但我要说的是，如果所有的金钱交易都是公开的，而不是隐蔽的，那么至少同工不同酬的现象就没有那么容易混蒙过关。要是所有企业被迫公布所有雇员的所有薪水，不是指某类岗位的薪水范围，而是指支付给每个员工的实际薪酬，你能想象世界各地的职场将会出现什么情况吗？

能啊，“二桃杀三士”的情况将会消失。

对的。

“他又不知情，没关系的”将会消失。

对的。

“少给她三分之一的薪水她也做，给她那么多干嘛呀”将会消失。

嗯。

下面这些也将会消失：拍马屁、阿谀逢迎、“内幕交易”、办公室政治……

还有其他许许多多的不良现象将会从你们的职场、你们的世界消失，你们只需要披露金钱的轨迹就可以做到。

仔细想想吧。如果你们准确地知道每个人拥有多少钱，各个行业、公司及其高管的真实收入，也知道这些公司和这些人用其拥有的

钱来干什么，难道你不认为有些事情会因此而改变吗？

想想看吧。你认为要怎样情况才会发生变化呢？

很明显的是，如果人们了解实情，他们将会觉得这世界上有百分之九十的事情是不可接受的。假如全世界所有人具体地、迅速地了解这些数据，社会将不会准许比例如此悬殊的财富分配，至于各种谋取不义之财的手段，或者用其来赚更多钱的方法，那就更不用说啦。

说到规范人们的行为，没有什么办法能比曝露给公众的审视见效更快。所以你们的阳光法案在清除政治领域和政府系统中某些糟糕情况方面做得非常好。在20世纪20年代、30年代、40年代和50年代，公开听证制度和公开问责制度成功地消灭了你们的市政府、校董会、州政府和中央政府的各种暗箱操作现象。

现在是时候让“阳光”照耀你们星球上的商品贸易和劳资关系啦。

你有什么建议吗？

这不是建议，这是挑战。我量你们不敢丢弃所有的金钱，所有的纸币、硬币和各个国家独立发行的货币，彻底从头开始。开发新的国际金融系统，它必须是开放的，完全透明的，可以立即追查资金的流向，彻底符合会计准则。设立环球薪酬系统，将人民提供服务或者制造产品得到的收入记为借方，使用服务和产品付出的花费记为贷方。

所有事情都以这个借贷系统为基础。投资的回报、继承的遗产、赌博的获利、薪水和奖金、小费和赏钱等，统统记入这个系统。如果借方没有余额，便不能购买任何东西。没有其他通行的货币。每个人的记录都向所有人开放。

曾经有人说过，给我一个人的银行账目，我能告诉你他是个什么人。这个系统和那种情况差不多。人们对你的认识，将会（至少有可能会）比现在多得多。但不仅你们之间的相互了解会增加很多，你们对所有事物的认识也会增加很多。你们将会更加了解企业的支出和花销——它们的产品成本是多少，也将会更加了解这些产品的价格。

（如果企业不得不在每张价格标签上注明两个数字——价格和成本，你能想得到它们会怎么做吗？这会促使价格下跌吗？竞争会变得激烈、从而促使贸易变得公平吗？你们恐怕无法想象这种做法带来的后果。）

有了这个环球薪酬系统，所有借方和贷方的资金转移完全是立时可查的。也就是说，任何人都能够在任何时候检视其他任何人或者组织的账户。没有什么是秘密的，没有什么是“私人的”。

环球薪酬系统每年会从自愿要求扣减的人的账户扣减他们百分之十的收入。没有所得税，不用填表格，不用计算应征税款，没有“免税条款”，也不用做假账逃税！由于所有记录都是公开的，社会上所有人都能够看到哪些人选择了将百分之十的收入用于改善所有人的利益，哪些人没有这么选。这些自愿扣减的金额将会用于支持政府的计划和项目，而政府则是由人民投票选举出来的。

这整个系统将会非常简单，而且非常透明。

世界不会同意这么做的啦。

那当然。你知道为什么吗？因为这种系统将会杜绝人们去做任何他们不想要别人知道的事情。可是你们为什么非得做那样的事情不可呢？我来告诉你原因。因为你们当前生活在其中的这个社会系统，是建立在“占便宜”、“争最先”、“赚最多”和“适者生存”的基础上的。

假如你们社会的主要目标是让所有人能够生存，平等地保护所有人的利益，为所有人提供良好的生活（这正是所有真正光明的社会的目标），那么你们将不再需要秘密、黑幕交易、暗中操作和可以被藏起来的钱。

你知道通过推行这样的系统，有多少传统的腐败现象，更别说那些程度较轻的社会不公平现象，将会被消灭吗？

这一切的秘密，这一切的关键，就在于透明。

哇，这个想法太好啦。这个主意太好啦。让我们的金钱事务处于绝对的透明状态之中。我努力想找个理由来证明它是“错”的，它是行不通的，但我找不到。

你当然找不到啦，因为你没有什么要隐藏的。但假如世界上有钱有势的人想到随便哪个人都能一眼看穿他们的每次行动、每次交易、每次销售、每次购买、每次企业行为和价格选择和薪资谈判、每次决定，你能想象他们会做什么、会怎么尖叫吗？

我告诉你吧：就促进公平而言，没有什么比透明更快。

透明正是真相的同义词。

认识真相，真相必将使你自由。

政府、企业和当权者知道这个道理，所以他们永远不会让真相——明显而简单的真相——成为他们设计出来的任何政治、社会或经济系统的基础。

在光明的社会，秘密是不存在的。每个人都知道其他所有人拥有什么东西、赚取多少金钱、拿多少工资、支付多少税收、得到多少福利，其他所有企业收取多少费用、购进什么东西、销售什么产品、获得多少利润，以及所有一切。每个人知道所有一切。

你知道这为什么只能出现在光明的社会吗？因为在光明的社会里，没有人愿意在损害别人利益的前提下获得任何东西，或者拥有任何东西。

这种生活方式很激进。

是的，在原始的社会里看起来很激进。在光明的社会里，它明显是合宜的。

我对“透明”这个词很感兴趣。它在金钱事务的范畴之外也有用吗？它也可以是理解人际关系的关键词吗？

要是可以就好啦。

实际上不可以，对吧？

是的，是不可以。在你们星球上不行。大多数人还是有太多要隐藏的东西。

为什么？这意味着什么呢？

在人际关系中（其实是在所有关系中），这意味这损失。人们总是害怕会遭受损失或者一无所获。然而在最好的人际关系中，每个人都知道一切，透明不仅是理解它的关键词，而且其实是它的本质。最浪漫的关系当然也是如此。在这些关系里，没有保留，没有伪装、美化、隐藏或者欺骗。没有漏掉或者未说出的话。没有猜忌，没有玩弄。没有人“躲躲闪闪”、“闪烁其词”或“虚情假意”。

但如果每个人知道我们想到的每个念头……

且慢。这并不意味着没有精神隐私，没有安全的个人思考空间。我不是这个意思。

那只意味着当你们和别人交往时，你们要敞开心怀和坦诚相待。这只意味着当你们说话的时候，你们要说出真相；当你们知道应该说出真相的时候，不要有任何保留。这只意味着别再说谎、欺瞒、哄骗、设圈套，或者将你们的真相扭曲成其他一百零一种在绝大多数人类交往中常见的怪状。

这只意味着有话就说，据实而说，坦率地说。这只意味着确保每个人拥有所有的资料，了解他们为了认识某个主题所需的一切。这只意味着公平、公开……嗯，和透明。

然而这并不意味着每个想法、每次惊慌、每段最黑暗的记忆、每个转瞬即逝的判断、观点或者反应都应该摆到桌面上进行讨论和检查。那不是透明，那是疯狂，那会让你们疯掉。

我们在这里谈到的是简单、直接、坦率、公开、诚实和完整的交流。然而即使是对这个主意，你们也感到吃惊，而且很少付诸实践。

你最后说什么来着？

然而即使是对这个主意，你们也感到吃惊，而且很少付诸实践。

你倒是挺幽默的。

你开玩笑啊？我当然幽默啦。

但是说真的，这个主意非常好。想想看啊，整个社会都以“透明原则”行事。你确信它是可行的吗？

让我来告诉你吧。要是实行这种原则，明天世界上半数的疾病将会消失。世界上半数的忧愁、半数的冲突、半数的愤怒、半数的沮丧……

当然，刚开始的时候会有愤怒和沮丧，这是肯定的。当许多人终于发现他们像小提琴那样被玩弄，像商品那样被利用完就扔；当许多人终于发现他们受到操纵，遭到欺骗，上了许多恶当，他们会感到非常沮丧和愤怒。但“透明”能够在六十天之内清理这些东西，让它们消失。

让我再次邀请你们——请你们认真地考虑。

你们认为你们能够过上这种生活吗？不再有秘密的生活？绝对透明的生活？

如果不，为什么不呢？

你们向别人隐瞒了什么你们不想让他们知道的事情呢？

你们对别人说过什么并非真相的话呢？

你们有什么真相没有向别人说出呢？

说谎或瞒骗能够让世界变成你们真正想要的样子吗？通过沉默和秘密对市场、对某个局面或只是某个人进行操控，真的有利于我们吗？“隐私”真的能让政府的、企业的和个人的生活取得成功吗？

假如每个人能够看到一切，那会怎么样？

这里出现了讽刺的事情。这正是你们害怕第一次与神相遇的原因之一，难道你们还不明白吗？你们向来害怕的，正是这出闹剧落下帷幕，这次游戏宣告结束，这场舞蹈曲终人散，这段练习已然完成，而长久以来的骗局，无论大的小的，终将走入死路，难道你们还不明白吗？

然而好消息是你们没有理由去害怕，没有必要去惊惶。没有谁会审判你们，没有谁会指责你们“错”了，没有谁将你们丢进永恒的地狱之火。

（我想对你们之中的罗马天主教徒说，不会的，你们甚至不会被打入炼狱。）

（我想对你们之中的摩门教徒说，不会的，你们不会受困于最底层的天堂，从而无法进入“最高层的天堂”；你们也将不会被称为“地狱之子”，并被永远地流放到未知的领域。）

（我想对你们之中的……）

嗯，你知道怎么回事啦。你们每个人都有属于自己的神学理论，并在这种理论的框架之内，去幻想神的最严厉惩罚是什么样子。我真不想告诉你们这个，因为我觉得你们那些千奇百怪的想法很搞笑，但是呢……实际上确实不存在这种东西。

也许当你们不再害怕你们的生活在你们死亡时将变得完全可见，你们便能够不再害怕你们的生活在你们活着时就变得完全可见。

那也太难了吧？

是的，是很难的，对吧？所以这里有个办法可以帮助你们开始。翻到这本书的开头，复习说出真相的五个层次。努力记住这种模式，并将其付诸实践。每天寻找真相，说出真相，体现真相。对你自己和其他跟你有交往的人做这件事。

然后做好赤裸的准备。做好透明的准备。

这让人害怕。这真的让人害怕。

你到底怕什么呢？

我怕所有人会离我而去。我怕再也没有人会喜欢我。

我明白。你觉得你必须说谎别人才会喜欢你？

不是说谎啦。只是不能把一切都告诉他们。

记住我刚才说过的话啊。这并不意味着你要说出所有的感受、想法、观念、害怕、记忆、忏悔或者别的。这只是意味着你要永远说出真相，完整地展现你自己。在你最爱的人面前裸露你的身体，你能做到吗？

能啊。

那么你的精神为什么不也裸露出来呢？

第二种裸露比第一种难多啦。

我知道。然而我还是要推荐你那么做，因为那样你会得到很好的回报。

嗯，你确实提出了几个有趣的想法。放弃隐瞒的做法，建设透明的社会，永远向每个人说出每件事的真相。咻！

有些社会是完全以这几个理念为基础的。那些是光明的社会。

我可没见到过。

我说的又不是你们的星球。

哦。

甚至也不是你们的太阳系。

哦。

但你们不必离开地球，甚至不必走出家门，也能体会到这种新思维系统的妙处。就从你们自己的家庭内部开始。如果你们拥有一家企业，就从你们自己的公司内部开始。准确地告诉你们公司里的每个人，你赚了多少钱，公司的收入是多少，支出是多少，每个员工各自领取多少薪水。你们会把他们吓得从地狱里跳出来。我是说真的。你们会把他们吓得直接从地狱里跳出来。如果每个拥有公司的人都这么做，工作将不再是许多人的地狱，因为人们自然会觉得职场是个平等、公平竞争和薪酬合理的地方。

准确地把你们提供的产品或服务的成本告诉你们的顾客和客户。在价格标签上注明这两个数字：你们的成本和你们的价格。你们仍然能够为你们的要价感到骄傲吗？你们是否害怕当人们了解你们的成本价格比之后，会有人认为你们是在“抢钱”？如果是这样，看看你们能够怎样调整价格，让它下降到基本合理的区位，而非“能多赚一点就多赚一点”。

我估计你们不敢这么做。量你们也不敢。

这要求你们的思维做出彻底的改变。你们将会像关心你们自己那样去关心你们的主顾和客户。

是的，你们可以在今天，在此时此刻就开始建设这种新社会。由你们来选择。你们可以继续支持原有的系统，支持现在的范式；你们也可以筚路蓝缕，为你们的世界开创新的道路。

你们可以成为新的道路。在所有领域。不仅仅是在商业领域，不仅仅是在人际关系领域，不仅仅是在政治、经济、宗教或者其他生活

领域，而是在所有领域。

成为新的道路。成为更高尚的道路。成为最华美的道路。然后你们可以真正地说：“我便是道路和生活。请随我来。”

如果全世界追随你们，你们会为你们带领它前往的地方而高兴吗？

但愿你们每天都能想起这个问题。

# Chapter 17

我听到你的挑战。我听到了。请更详细地跟我说说地球上的宏观生活。告诉我国家之间要怎样相处才能不再有战争。

国家之间永远会有纠纷，因为纠纷只是独立性的健康表征。然而，用暴力来解决纠纷则是极度不成熟的表征。

这世界没有理由不能避免使用暴力解决手段，只要各个国家都愿意避免使用它。

人们也许会想，尸横遍野、家破人亡的惨状足以促使各国愿意这么做，但在你们这样落后的原始社会，情况却并非如此。

只要你们认为你们可以在争论中获胜，你们就会争论不息。只要你们认为你们可以在战争中获胜，你们就会征战不休。

你对这种现象有什么建议呢？

我没有建议。我只会……

我知道，我知道！实话实说嘛。

是的。我只会说出我观察到的情况。短期的对策是成立已经有人提到的世界政府，同时设立一个解决各种纠纷的世界法庭（这个法庭和你们当前的国际法庭不同，它的裁决不可以遭到忽略），一支保证没有哪个国家——无论它多么强大、多么有影响——能够侵略其他国家的维和部队。

然而要明白的是，地球上仍然会有暴力存在。维和部队也许必须使用暴力，才能阻止别人使用它。正如我在第一卷说过的，看到暴君不去推翻，等于为虎作伥。有时候避免战争的唯一办法是进行战争。有时候你必须做你不想做的事情，才能够保证你无需不停地做它！这

种显而易见的矛盾是神圣二元论的一部分。所谓神圣二元论，就是说有时候为了最终成为某样东西（在这里，这样东西是“和平”），唯一的办法是首先不去成为它。

也就是说，为了认识你自己的身份，唯一的办法是经验那些和你的身份不符的事情。

显而易见的事实是，世界的权力不应极大地集中在某个国家，而必须应该由这个星球上全部国家所拥有。只有这种方法能够让世界终将得到和平，能够保证没有哪个独裁者——无论他的国家有多么强大——能够或将会侵占其他国家的领土，威胁其他国家的自由。

现在的小国为了得到大国的接济，往往不得不奉上它们自己的资源，将宝贵的土地变成外国军事基地，但是这种情况将不复存在。在这种新的体制之下，小国的安全将不再仰仗那些趾高气扬的大国，其他国家都将会是它们的后盾。

假如有个国家遭到侵略，全部一百六十个国家将会挺身而出。假如有个国家受到任何方式的暴力或威胁，全部一百六十个国家将会群起反对！

同样地，各个国家将不再受到经济上的威胁，不再受到强势贸易伙伴的敲诈，不再需要达到指定的“标准”才能获得外国援助，也不再需要被迫采用指定的行为方式，才能够有资格获得简单的人道主义支援。

然而有人会说，这种全球的政府体系将会侵蚀各个国家的独立地位和发展空间。实际上，情况恰好与此相反——而这正是那些通过武力而非法律或正义来保障其独立地位的大国所害怕的。因为到时大国再也不能为所欲为，所有国家的意见都必须得到同等的尊重。到时大国再也不能控制和囤积世界上大部分资源，而必须更加平等地分享它们，让它们更加容易被获取，更加平均地让全世界人民享用它们的好处。

世界政府将会让世界变得公平。公平是保障基本人类尊严的核心前提，也是对世界上那些“有者”的谴责，因为“有者”想要“无者”去追求他们自己的财富，全然忽略了“有者”控制着一切其他人想要得到的财富的事实。

可是听起来我们好像是在谈论对财富进行重新分配。有些人确实想要得到更多，并愿意为此而奋斗，假如他们知道他们必须和那些不想那么辛勤工作的人分享财富，我们如何能够继续激励他们去奋斗呢？

首先，问题并不在于有些人愿意“努力工作”，而有些人不愿意。这是将问题简化的说法（通常是“有者”提出来的）。与其说问题在于意愿，倒不如说在于机会。所以在重组社会秩序的过程中，真正和首先要做的，是确保每个人和每个国家拥有同等的机会。

只要那些现在拥有世界大部分财富和资源的人和国家不肯松手，这种情况就不可能出现。

是啊。我刚才提到墨西哥，并不是想要侮辱其“国格”，而是认为该国是这方面的典型。几个有钱有势的家族控制着整个国家的财富和资源——这种局面已经持续了四十年。“选举”在这个所谓的“西方民主国家”中变成了闹剧，因为数十年来，这些家族控制着同一个政党，力求不会出现严重的反对势力。结果呢？“富者愈富，贫者愈贫。”

如果有人斗胆敢提议将每小时工资从一点七五美元提高到三点一五美元，富人就会指出他们对穷人已经仁至义尽，提供工作岗位和提高经济收入的机会。可是得到最多好处的其实是富人——那些在国内和国际市场销售产品的企业家赚取了大量的利润，而支付的劳动成本却很低廉。

美国的富人知道这是事实，所以许多美国的权贵将他们的工厂迁移到墨西哥和其他国家；在这些国家里，低薪的工作被认为是农民的良机。与此同时，这些工人在有害健康和毫无安全可言的环境中卖命，可是当地政府（由少数从这些企业的利润中揩油的人控制）坐视

不理。卫生标准、安全标准和环境保护在那些国家的工作场所根本是不存在的。

地球没有得到照顾，人民也没有，他们被要求生活在河边的破房子里，就在河里洗衣服，有时往里面排泄粪便，因为室内排水系统通常也不是他们拥有的设备。

这种漠视平民百姓的做法造成的后果是，人民买不起他们亲手所造的东西。但富裕的企业家毫不在乎。他们可以将商品运输到其他普通人买得起的国家。

然而我相信这些富人的变态做法终将会害了他们自己，造成各种严重的后果。不仅墨西哥如此，凡是有人受压迫的地方也将如此。

只要“有者”继续打着提供机会的旗号剥削“无者”，各国的革命和内战是不可避免的，国与国之间的战争也是不可避免的。

保留财富和资源的做法已经变得十分普遍，乃至有些极具远见的人也认为它是可以接受的，只是把它看成自由市场经济的结果。

然而正是由于世界上富裕的个人和国家拥有太多的权力，这种虚假的公平才会出现。实际上，现在世界上绝大多数人和国家得到的待遇是不公平的，甚至连他（它）们想要获取当权者已经达到的成就的想法也遭到打压。

这里描述的政府体系将会把大量的权力从资源丰富者转移到资源贫乏者，促使这些资源本身被公平地分享。

这会让当权者害怕。

是的。所以解决这种乱象的办法可能是一种新的社会结构——全新的、世界级的政府。

你们有些领袖足够有远见，足够有勇气，他们倡议开始这样的新世界秩序。乔治·布什就是这样的领袖，虽然当代社会不愿或者不能承

认他是个有智慧、有眼光、有良心、有勇气的男子汉，但历史将会给他正确的评价。苏联总统米哈伊尔·戈尔巴乔夫也是这样的领袖，他是第一个获得诺贝尔和平奖的共产主义国家领导，他推动了巨大的政治改革，彻底终结了你们所谓的冷战。你们的总统卡特也是这样的领袖，他请比金先生和萨达特先生坐下来签署了人们做梦也不敢想象的埃及-以色列和平协议；卸任美国总统多年之后，他仍能够三番两次地阻止生灵涂炭的局面出现，而他的办法是简单地说出一个简单的真相：每个人的观点都值得聆听。每个人的人格都值得尊重。

这些勇敢的领袖都曾化解迫在眉睫的战争危机，都曾倡议和推动背离主流政治结构的群众运动，然而有意思的是，他们都是在任期仅满一届的时候，就被那些他们试图提升的人民给弄下台。他们在国际极受欢迎，在国内却遭到毫不留情的拒绝。据说人们在自己的家里是没有威严的。这些人会有这样的下场，是因为他们的眼光比他们的人民远大得多；那些人民目光短浅，只顾眼前的利益，完全想象不到这些更宏伟的抱负能给他们带来多大的好处。

所以每个敢于挺身而出、呼吁当权者停止压迫的领袖也都会遭到打击和污蔑。

这种情况将会一直存在，直到出现长期的解决方法——它并不是政治的方法。那种长期的解决方法（也是唯一的、真正的方法）是新的觉悟，新的意识。是一体的觉悟和爱的意识。

人们追求成功，或者追求最大地发挥生命的价值，不应该是为了得到经济的或者物质的回报。这是摆错了两者的关系。正是这种错位的顺序造成了所有我们在这里讨论的问题。

当人们追求伟大的动机不再跟金钱有关（当所有人的经济来源和基本的物质需求都得到保障），他们依然会追求伟大，但动机与现在完全不同。这种新的动机将会加强人们的力量和决心，产生真正的伟大，而不是现在这种动机催生的如过眼烟云般轻薄的“伟大”。

但过上更美好的生活、为我们的孩子创造更美好的生活为什么不

是好的动机呢？

“过上更美好的生活”确实是合适的动机。为你们的孩子创造更美好的生活确实是好的动机。但问题在于，“更美好的生活”是什么呢？

你们如何定义“更美好”？你们如何定义“生活”？

如果你们认为“更美好”就是更大，更好，更多金钱、权力、性爱和物品（房子、车子、衣服、唱片等等）……如果你们认为“生活”就是你们目前所处的从出生到死亡的时期，那么你们再怎么努力，也无法走出这个使你们的星球陷入困境的怪圈。

然而假如你们认为“更美好”是更完整地经验和表达你们最高贵的存在状态，而“生活”是永恒的、持续的、无止境的存在过程，那么你们也许能够找到出路。

累积再多的身外之物也创造不了“更美好的生活”。你们大多数人懂得这个道理，所有人都说明白这个道理，然而你们的生活，以及你们在生活中做出的决定，却总是跟这些“身外之物”有关系，总是想要得到更多。

你们为身外之物而奋斗、而工作。当你们得到想要的东西之后，就再也不肯放手。

大多数人的动机是获取和拥有那些身外之物。有些并不在乎身外之物的人，则能够轻易地放它们走。

因为你们现在认为伟大就是累积世界能够提供的各种东西，所以世界上所有人都处于不同层次的挣扎之中。第一类人数量最多，他们依然在为简单的物质生存而挣扎。他们的日子充满着焦虑的时刻和绝望的算计。他们的精神关注着各种基本的生活问题。会有足够的食物吗？会有地方住吗？我们会挨冻吗？大量的人每天仍然受到这些问题的羁绊。每个月都有成千上万的人仅仅由于缺少食物而死去。

第二类人数量较少，他们的基本生活有了合理的保障，但仍然挣

扎着想要得到更多东西——中等水平的经济收入、朴素但体面的家、更美好的明天。他们努力工作，他们为未来如何与是否能够“出人头地”而烦恼。他们的精神充满着这些迫切的、忧心忡忡的问题。

第三类人数量最少，他们想要的东西全都有了，实际上，前两类人想要的一切他们都有，但有意思的是，他们大多数人依旧想要得到更多。

他们想着的是如何保有他们已经获取的一切，以及如何增加他们的财产。

除了这三类人之外，还有第四类。这类人数最少。实际上，这类人为数极少。

这类人对物质的东西毫无需求。他们关注的是灵性的真相、灵性的实在和灵性的经验。

这些人认为生活是一次灵性的邂逅，是一段灵魂的旅程。他们据此来对所有人类事件做出反应。他们以此来理解所有人类经验。令他们挣扎的是对神的追寻、对自我的实现、对真相的表达。

随着他们的进化，这种挣扎不再是挣扎，而是一个过程。它是自我定义（而非自我发现）的过程，是成长（而非学习）的过程，是存在（而非行在）的过程。

寻找、奋斗、探索、追求和寻觅的理由变得完全不同。行事的理由被改变了，行事者也被改变了。理由变成了过程，行事者变成了存在者。

从前人们在生活中寻觅、奋斗、努力工作的理由是获取世俗的东西，现在的理由是经验神圣的东西。

从前人们关注的主要是身体，而现在人们关注的主要是灵魂。

一切都改了，一切都变了。生活的目标改了，生活本身也变了。

人们追求“伟大”的动机发生了转移，他们也不再需要去贪图、获取、保护和增加世俗的财产。

人是否伟大，将不再以他积累的财富来衡量。人们将会正确地认识到世界上的资源属于全世界的人民。承蒙神的厚爱，这个世界拥有的资源用来满足所有人的基本需求绰绰有余，到时所有人的基本需求都将得到满足。

每个人都将会以此为心愿。再也无需强制任何人交税。你们将会全部同意把百分之十的收入拿出来，资助那些收入较低的人。再也不会有成千上万的人坐视另外成千上万的人饿死——不是因为缺少足够的食物，而是因为缺少足够多的善意去创造一个确保人人能够得到食物的简单政治体系。

等到你们改变追求伟大的动机，重新定义伟大的那天，你们现在的原始社会里屡见不鲜的道德败坏现象将会永远地消失。

这是你们的新动机：去成为我要你们成为的——展现神性的肉身。

当你们选择了你们的真实身份，也就是神的化身，你们将不会再采取非神的行动。你们将无需给轿车保险杠贴上这样的标语：

神啊，让我免遭

你那些信徒所害吧

# Chapter 18

我来看看我是否跟得上你的思路。你刚才说的好像是倡导平等与平衡的世界观，认为所有的国家应该服从于某个世界政府，全体人民共同享有世界的财富。

当你说到平等的时候，请记住我们指的是平等的机会，而不是实际的平等。

实际的“平等”是永远无法实现的，而且你们应该为此感到庆幸。

为什么呢？

因为平等就是相同——而相同是这世界最不想要的东西。不是的，我在这里谈论的并非一个千人一面、每个人从老大哥式的中央政府那里得到相同东西的世界。

我说的是一个如下两样东西得到保障的世界：

1. 对基本需求的满足。
2. 上升到更高境界的机会。

你们的世界有这么多资源，你们拥有这么多财富，却连这两样简单的事情都没做到。你们将数以百万计的人套在社会经济等级的最底层，并设计出一套世界观全面地迫使他们留在那里。你们容许每年有成千上万的人因为基本的生活需求得不到保障而死去。

这个世界如此美妙，你们却从未找到一种足够美妙的办法来阻止人们因饥饿而死，至于阻止自相残杀就更别提了。你们真的忍心任由儿童在你们面前饿死。你们真的会将那些反对你们意见的人杀死。

你们真是愚昧而原始。

我们自以为很先进呢。

原始社会的主要标志是自以为很先进。原始意识的主要标志是自以为已经到达光明境界。

让我们来总结一下。我们若要取得进展，首先必须保障每个人拥有上面提到的两样东西，而这个目标的实现要通过……

通过两种转变，两种变化：政治体系的转变，以及灵性的转变。

与统一的世界政府同时成立的，还有一个强大的、能够解决国际纠纷的世界法庭，以及一支保障你们选来管理你们自己的法律得到遵守的维和部队。

这个世界政府将包括一个国家议会（由地球上每个国家派出两个代表组成）和一个人民代表大会（由各个国家按照人口比例派出代表组成）。

美国政府的结构也是这样的啊——有两个议院，众议院的议员是按人口比例选出来，参议院的议员名额则是每个州两名。

是的。你们美国的政府结构得到神的指点。

新的世界政府结构也应该包含这种权力制衡。

它同样会有行政机关、立法机关和司法机关。

每个国家保留其内部的警察力量，但所有国家的军队将会被解散——就像从前美国各州所做的那样，它们解散了各自的陆军和海军，以便组建一支联邦部队来保卫所有州组成的联合体，而你们现在管这个联合体叫作国家。

各个国家将会保留在必要时组建和召集它们自己的民兵的权利，正如美国各州都有保留和动用民兵的宪法权利。

而且就像美国各州现在的情况一样，这个国家联盟中一百六十个国家将会拥有根据国内人民的表决结果退出联盟的权利（不过我想没有国家会这么做，因为加入联盟之后，各个国家的人民将会比以前更

加安全、更加富裕）。

这个统一的世界联邦将会造成什么结果呢？（这也是替我们之中那些脑筋转得较慢的人问的。）

1. 国家之间的战争将会终结，通过杀戮来解决纠纷的做法将会终结。
2. 绝对的贫穷、饥饿致死、当权者对人民的剥削和对资源的掠夺将会终结。
3. 地球环境遭到全面破坏的情况将会终结。
4. 人们再也不必为了追求更大、更好、更多而无休止地挣扎。
5. 所有束缚人们的禁令和规矩都将会终结，无论这些是家庭、职场、政治系统中的规章制度，还是个人的性关系中的禁忌。

你的新世界政府会要求对财富进行再分配吧？

它什么都不会要求。它将会促使人们自愿地、相当主动地对资源进行再分配。

例如，它将会向所有人提供合适的教育，让所有人都有机会选择能给他们带来欢乐的职业，并在工作中使用他们学到的知识。

它将会保证所有人在任何时候、在任何情况下，都能得到医疗保健服务。

它将会保证所有人都不会因饥饿而死亡，不会被迫在没有足够衣物或者宽敞居所的情况下生活。

它将会满足所有人的基本生活需求，使得人们不用再为生存问题烦恼，使得所有人都能够得到简单的社会设备和基本的生活保障。

哪怕他们不努力也能得到吗？

你们这种认为这些东西需要努力才能得到的想法，正是你们那种认为你们需要努力才能上天堂的想法的基础。然而你们无法通过努力来赢取神的恩宠，你们也不必那么做，因为你们已经处在天堂。这是你们无法接受的东西，因为这也是你们无法给予的东西。当你们学会

无条件地去给予（也就是说，无条件地去爱），那么你们将学会无条件地接受。

我创造的生活是一种媒介，它能让你们经验到这一点。

努力让你们自己信奉这种想法：人们有基本的生存权利。哪怕他们什么事情都不做。哪怕他们什么贡献都没有。有尊严地生存是基本人权之一。我赐给你们的资源，足够让你们用来保障每个人拥有这样的权利。你们只需要彼此分享就可以。

但假如有人浪费他们的生命，整天无所事事，到处“占便宜”，有什么办法可以阻止他们吗？

首先，别人的生命是不是浪费，轮不到你来判断。如果有个人在七十年里什么也不做，只顾构思诗歌，然后写出一首七律，为成千上万的人打开了领悟和洞察之门，这样的生命能算是浪费吗？假如有个人终其一生不断地说谎、诈骗、耍诈、使坏、操纵和伤害别人，但到最后因此而忆起了某些有关他的真实本性的事情，那也许是他花了好几辈子试图忆起的事情，从而终于进化到了更高的境界，这样的生命能算是浪费吗？这是“浪费”生命吗？

评判其他灵魂的旅程并不是你的任务。你的任务是去确定你的身份，而非去对别人已经取得或者未能取得的身份指指点点。

所以你问有什么办法可以阻止人们浪费他们的生命，整天无所事事，到处“占便宜”，答案是：没有办法。

但你真的认为这样行得通吗？那些有贡献者难道不会开始憎恨那些无贡献者吗？

会的，他们会的，假如他们尚未达到光明境界的话。然而达到光明境界的人将会怀着极大的同情而不是憎恨来看待那些无贡献者。

同情？

因为有贡献者将会明白，无贡献者错过了最伟大的机会和最崇高的光荣：创造的机会和对他们的真实身份的最高认识进行经验的光荣。有贡献者将会知道，假如有必要惩罚无贡献者的话（实际上并没有这个必要），这其实是对他们的懒惰的最好惩罚。

但真正做出贡献的人不会因为他们种植的果实被懒惰的人摘走而感到愤怒吗？

你都没有在听我说的话。所有人都将得到最低的生活保障。那些拥有更多财富的人将有机会贡献出他们收入的百分之十，以便落实这个目标。

至于每个人的收入是多少，将由公开市场根据人们贡献的价值来确定，就像你们国家今天的情况那样。

但到时仍然会有“富人”和“穷人”，就像我们今天的情况这样！那可不是平等。

但机会是平等的。因为每个人都有基本的生活保障，无需为生存问题发愁。每个人都有相同的机会获取知识、培养技术，在欢场中使用他或她天生的才能。

欢场？

这是“职场”在那个时候的名字。

但仍然会有羡慕吧？

羡慕是有的。妒嫉就没有。羡慕是一种天生的情绪，它会促使你们努力变得更好。羡慕是两岁的小孩渴望和促使她自己去摸到她哥哥能摸到的门把手。那是没有问题的。羡慕是没有问题的。它是驱动器。它是纯粹的欲望。它催生了伟大。

妒嫉则不然，它是一种由害怕驱动的情绪，迫使人们希望别人拥有的东西变少。它是一种通常基于痛苦的情绪。它从愤怒出发，并通

往愤怒。它会杀人。妒嫉会杀人。曾经处于三角恋中的人明白这个道理。

妒嫉掌杀，羡慕司生。

那些心怀羡慕的人将会得到一切机会去取得他们自己的成功。没有人会受制于经济的、政治的、社会的因素。种族、性别或者性取向将不会是令他们受到束缚的理由。出身、阶级、年龄也将不会是。反正没有任何理由可以束缚他们。任何歧视都将不再得到容忍。

是的，到时也许仍会有“富人”和“穷人”，但将不再有“饥饿”与“困苦”。

你知道吗，从生活中消失的不是动机……而只是绝望。

但用什么来保证我们将会有足够的有贡献者来“负担”无贡献者呢？

人类灵魂的伟大。

哦？

和你们的悲观看法相反的是，到时普通人不会满足于生存的层面，别无其他追求。除此之外，当第二种转变——灵性的转变——发生之后，整个追求伟大的动机也将会改变。

这种转变怎样才会出现呢？地球的历史到现在已经有两千年——

有二十亿年——

——呃，可是这种转变还没出现呢。它为什么应该现在发生呢？

因为等到人们不再关注生存问题，当他们无需为了获得中等的经济保障而卖命工作，将不会有别的理由促使人们去寻求、体现和变得高尚，除了对高尚的经验本身。

这种动机足够吗？

人类的灵魂是上升的，在真正的机会面前，它绝不会下降。灵魂追求的是对它自己进行更高的经验，而非更低的经验。凡是经验过真正的高尚的人，都明白这个道理。

那么权力呢？在这种特殊的重组中，依然有人会拥有非同小可的财富和权力。

经济收入将会受到限制。

老兄啊，不会吧。在我解释这种方法行不通之前，你能解释它如何行得通吗？

能啊。到时候，既然收入有下限，自然也会有上限。首先，几乎所有人都会把他们收入的百分之十割让给世界政府。这种百分之十的自愿扣减我前面提到过。

你是提到过……但这种“单一税”方案是古代就有的。

你们目前的社会不得不采用税收的形式，是因为你们还没有到达光明境界，不懂得为了所有人的公共利益自愿扣减收入对你们来说是最有利的。然而等到我描述的这种意识转变发生之后，你们将会认为这种公开地、关爱地、自愿地扣减收入的做法明显是合情合理的。

我有些话要告诉你。你介意我打断你的话头吗？

不介意啊，你说吧。

这次对话在我看来非常奇怪。我从来没有想到在我与神对话的时候，神会开始推荐某些政治的行动方针。这是真心话，不骗你。我怎能说服人们相信神倡导“单一税”呢！

哎呀，我发现你坚持把它看作“税”，但我能明白，因为这种将你们百分之十的财富贡献出来的主意在你看来是十分怪异的。话说回来，你为什么会难以相信我有这样的想法呢？

我认为神对这些事情应该不做评判，没有观点，毫不在乎。

让我先把这个说清楚。在我们上次的对话（你称这次对话为“第一卷”）里，我回答了各种各样的问题。关于如何与他人相处的问题，关于如何正确生活的问题，甚至还有关于饮食的问题。这些问题跟政治问题有什么不同吗？

我不知道，我就是觉得有所不同。我想说的是，你真的有某种政治观点吗？你是有党员证的共和党员吗？这本书透露的真相多么惊人呀！神居然是共和党员。

莫非你宁愿我是民主党人？我的神啊！

你真可爱。不是啦，我宁愿你对政治毫无兴趣！

我对政治确实毫无兴趣啊，我没有任何政治观点。

那有点像比尔·克林顿。

说得好！现在轮到你显得很可爱啦！我喜欢幽默，你呢？

我没想到神是幽默的，或者对政治有兴趣。

你没想到神会跟人相似，对吧？

好吧，让我结合这本书和第一卷，再来为你讲讲这个问题。

我对你们用什么方式去生活并没有好恶。我唯一的希望是你们完整地经验到你们自己就是创造性的生灵，从而也许会认识到你们的真实身份。

好啊。这个我懂。你说的这些我都懂。

作为创造性的生灵，你说你想要成为什么人，想要做什么事，而我在这里回答的每个问题，以及我在第一卷回应的每个疑问，都是在这个大前提下被听到和回答的。例如，你在第一卷问了我许多关于如

何与他人相处的问题，你记得吗？

当然记得啊。

那你觉得我的回答很有问题吗？你会难以相信我对人际关系有那样的看法吗？

我没想过。我光顾着看答案啦。

可是你知道吗，我的答案是依据你的问题而给出的。也就是说，考虑到你的欲望是成为这样那样的人，做这样那样的事，有什么办法可以让它实现呢？于是我告诉你办法。

是的，是这样的。

我在这里也是这样啊。

可是……我不知道啦……我觉得要相信神会说这些话，比相信神会说那些话难得多。

你是觉得你很难同意我这里说的某些话吧？

嗯……

就算你不同意，那也完全没有问题的。

真的吗？

当然。

反对神是可以的吗？

当然可以啦。你觉得我会怎么做，把你当作虫子来捏爆？

我没想得那么远，真的。

有史以来，这个世界就一直在反对我。自有时间伊始，几乎没有

人按照我的方式去行事。

我想这倒是实情。

这肯定是实情。要是人们听从我的教导（过去数千年来，有成百上千的导师将这些教导传授给你们），这世界会与现在大不相同。所以如果你现在想要反对我，尽管反对吧。再说了，我也有可能是错的。

什么？

我说，再说了，我也有可能是错的。哎呀，老兄……你不会把这些都当作福音吧？

你是说我不能相信这本书里面的话？

等等啊。我想你漏掉了一个很重要的事实。让我们从头说起：所有这些都是你自己搞出来的。

好吧，那我真是如释重负。我本来还以为我真的得到神的指引呢。

你正在得到的指引是跟随你的心灵。倾听你的灵魂。聆听你的自我。即使某个选择、主意或看法是我告诉你的，你也没有义务去认可。如果你想反对，那就反对呗。这正是这次练习的意义所在。它的意义并不在于用你对这本书的依赖来取代你对其他所有人和所有事物的依赖。它的意义在于促使你去思考。为你的自我而思考。那就是现在的我。我就是思考中的你。我就是大声说出你的想法的你。

你是说这份资料并非来自最高的本源？

当然是啦！然而有件事情你依旧无法相信：你就是最高的本源。还有件事情你显然尚未领会：这一切，以及你生活中的一切，都是你在此时此地创造出来的。创造它的是你，是你。不是我，是你。

所以呢，对这些纯政治问题的回答，有你不喜欢的吗？那么改变

它们吧。现在就改变。在你开始视它们为福音之前，在你开始将它们变成现实之前，在你开始说你对某件事情的思维比你下一个思维更为重要、更为有效、更为真实之前，你想改变就去改变吧。

请记住，创造出你的实在的，永远是你的新思维。永远是。

现在，你认为我们这次对政治问题的讨论有什么需要改变的吗？

没有啦。其实我是赞同你的看法的。我只是不知道该拿这些观点怎么办。

你想怎么办就怎么办。明白了吗？你在生活中一直都是想怎么办就怎么办！

好吧，好吧……我想我明白啦。我想继续这次对话，看看下面还会谈到什么。

好啊，那我们继续吧。

你刚才正要说……

我刚才正要说，在其他社会，在那些光明的社会，人们将其所得（就是你们所谓的“收入”）的固定份额用于社会本身的公共利益，这是相当普遍的做法。在我们为你们的社会探讨的这种新体系之下，人们每年能赚多少就可以赚到多少——他们可以保留他们赚到的钱，直到触及一条界线。

那这条界线是多少呢？

随便啊，所有人都同意就好。

超过这条界线的收入呢？

贡献给世界慈善基金，不过要注明捐赠者的名字，这样全世界都能认识那些捐赠者。

捐赠者有权选择直接控制其捐赠额的百分之六十的分配，让他们能够得到依照他们的心愿去支配大部分属于他们的金钱所带来的满足感。

其余的百分之四十将会分配给众多由世界联邦批准和管理的项目。

假如人们知道，当收入超过某条界线，超过的部分将统统被拿走，他们还有继续工作的动力吗？人们达到他们的收入“界线”之后，难道不会就此停步不前了吗？

有些人会的。那又怎样呢？让他们停步不前好啦。没有必要强迫那些超过收入上限的人继续工作，为世界慈善基金做出贡献。从消除战争武器的大规模生产中节省下来的钱足够满足每个人的基本需求。这些节省下来的资金，再加上全世界收入的百分之十，将会把所有社会（而非少数几个社会）的生活水平和富裕程度提高到新的水平。而因超过共同认可的收入界线而捐献出来的款项，将会为每个人提供极其普遍的机会和满足感，妒嫉和愤怒将会彻底地解体。

所以有些人将会停止工作——尤其是那些视他们在生活中的活动为辛苦工作的人。然而有些人会视他们的活动为永不停息的绝对欢乐，他们将不会停止。

不是每个人都可以拥有那样的工作。

你错啦。每个人都可以的。

人们在职场能否感到快乐，和他们从事什么工作毫无关系，而跟他们从事工作的初衷有千丝万缕的关系。

那个在凌晨四点起床为她的孩子换尿片的母亲完全明白这个道理。她哼着歌曲哄那孩子，在全世界的人看来，她所做的事情根本不是辛苦的工作。然而正是她做这件事情的态度，正是她做这件事情的用意，正是从事这次活动的初衷，使得这次活动变成了真正的欢乐。

我以前也举过这个母性的例子，因为就你们的理解能力而言，我在这本书和这三部曲中提出的某些概念，最接近于母亲对孩子的爱。

话虽如此，但消灭“无限的赚钱空间”的用意是什么呢？难道那不会剥夺人类对其最伟大的机会之一、对其最光荣的伟绩之一的经验吗？

你们仍然可以拥有赚取多到离谱的钱的机会和伟绩。可保留的收入上限将会非常高，远远超过满足一个普通人……十个普通人的生活所需要的数额。而且你们可以赚到的收入是没有上限的，有上限的只是你们可以留下来供自己使用的收入。你们每年可以保留两千五百万美元的收入（当然，我只是随口说说），剩下的钱都将用于使全人类受益的计划和项目。

至于理由——这么做的原因……

可保留的收入上限将会是这个星球发生意识转变的反映。人们将会意识到生活的最高目标并非积累最多的财富，而是去做最有益的事；同时也将会意识到，世界上最顽固、最可怕的社会和政治问题，其实正是由财富的集中，而非财富的分享，独力造成的。

累积财富——无限的财富——的机会是资本主义体制的基石，而有史以来最伟大的社会，正是由这种提倡自由贸易、公开竞争的体制创造的。

你真是这么想的吗？

不是啦。但我这句话是替那些确实这么想的人说的。

那些真这么想的人其实上了大当，而且毫不了解你们星球当前的现实。

在美国，占到总人口百分之一点五的顶层人士的财富，比占到总人口百分之九十的中下层人士的财富还要多。最富裕的八十三万四千名美国人的净资产，比最穷的八千四百万美国人的净资产还要多一万

亿美元。

那又怎样呢？这是他们通过努力工作而得到的。

你们美国人总是认为通过个人努力可以提高阶级地位。有人曾经“白手起家”，所以你们认为每个人都可以。这种观点是天真而无知的。它假定每个人拥有平等的机会，但实际上，美国的情况和墨西哥的相同，那些有钱有势者想方设法来让他们的金钱和权力得以保存和增长。

那又怎样呢？这么做有错吗？

可是他们采取的手段是通过体制消灭竞争，通过政策减少真正的机会，通过集体控制财富的流动和增长。

为了达到这个目的，他们无所不用其极，既用不公平的劳动方式来剥削世界的劳苦大众，也结成利益同盟，齐心协力地减少（甚至破坏）新来者进入成功人士的圈子的机会。

他们还试图控制世界各地的公共政策和政府体制，借此来确保平民百姓继续受管辖、受控制，继续逆来顺受。

我不相信那些富豪会这么做。大部分人不会这么做的。我想也许会有少数人确实为富不仁……

总的来说，这些事情确实不是富豪个人所为，而是他们代表的社会制度和机构做的。那些制度和机构当初是有钱有势者创造出来的——而继续支持它们的人，也正是当今的有钱有势者。

由于躲在这些社会制度和机构后面，权贵者可以推卸个人责任，完全不必为那些压迫大众、让有权有势者受惠的情况负责。

例如，我们可以再来看看美国的医疗保健行业。数百万美国穷人得不到预防性的医保服务。美国是世界上最富裕的国家，然而有数百万人看不起医生，只能等到病入膏肓时才被送到急诊室，可是没有谁

能够指着某个医生的鼻子说：“这是你做的，这是你的错。”

没有哪个医生该为此负责，可是所有医生都从中获益。整个医疗行业——以及所有相关行业——从这种体制化地排挤贫困工人和失业人员的医疗服务系统获得史无前例的利润。

“制度”让富者富、贫者贫的例子有很多，这只是其中之一。

问题在于，支持这些社会结构、并顽固地拒绝对它们做出真正改变的，正是那些有钱有势者。他们反对任何试图向全体人民提供真正的机会和尊严的政治或经济举措。

单独来看的话，大多数有权有势者都是相当好的人，他们也有良心和同情心。但要是提到某个威胁他们利益的主意，好比说给年度收入设置限制（哪怕这种限制高得离谱，例如每年两千五百万美元），他们就会喋喋不休地说什么个人权利不容侵犯呀，“美国的生活方式”遭到腐蚀呀，“失去动力”了呀。

然而有那么多人生活在极其恶劣的环境中，食不果腹，衣不蔽体，这些人的权利又在哪里呢？到处都有人得不到医疗服务，不得不饱受各种相对较小的疾病的折磨，甚或因此而死亡，而有钱人得了同类病痛却能轻易治好，这些人的权利又在哪里呢？

你们星球上的资源，包括那些不断地、全面地受到剥削的劳苦大众的劳动果实，属于全世界的人民，而不是属于那些能够进行剥削的有钱有势者。

剥削是这样进行的：有钱的企业家来到某个根本没有工作的国家或地区，那里的人民一无所有，处于赤贫状态。有钱人开办了工厂，为这些穷人提供岗位，有时候是每天需要工作十个、十二个，或者十四个小时的岗位，开出的薪水就算谈不上毫无人性，也是低于正常标准的。要提醒你的是，这样的薪水并不够这些工人逃离他们所处的老鼠肆虐的村庄，而是只够他们生活在那里，不过比以前多了食物和容身之所。

如果有人对此提出异议，这些资本家就会说：“喂，他们比以前好多啦，不是吗？我们改善了他们的生活！人们现在有工作了呀，对吧？机会是我们带给他们的！而且我们还承担了风险！”

然而他们付给制鞋工人的薪水是每小时七十五美分，而鞋子每双能卖一百二十五美元，这能有什么风险呢？

这是承担风险还是纯粹的、赤裸裸的剥削？

这种极其恶心的制度唯有在一个由贪婪驱动、以利润边际而非人类尊严为第一考虑的世界中才能出现。

有的人说：“相对于他们社会的标准而言，这些农民过得很好啦！”这些人是极其无耻的伪君子。他们会丢给落水者一个绳索，却拒绝把他拉到岸上。然后他们会大言不惭地说，一个绳索总比一块石头好。

“有者”并没有真正提高人民的生活水平，他们给予世界上的“无者”的，仅够“无者”糊口，却不够让他们变得真正强大起来。因为人民若是有了真正的经济力量，就有能力去冲击——而非只是顺从——“制度”。可这正是那些制度创造者最不愿看到的情况！

所以阴谋依旧延续。就大部分有钱有势者而言，他们并没有主动参与这种阴谋，而是对这种阴谋保持沉默。

随你们的便，你们继续沉默吧。有个公司的高管由于提高某种软饮料的销量而获得七千万美元的奖金，同时有七千万人喝不起这种奢侈的东西，更没有足够的食物维持健康。你们继续对这种变态的社会经济体制保持沉默吧。

不要觉得它很恶心。请称其为自由的市场经济，并告诉所有人你为它感到非常骄傲。

然而《圣经》上写着：

你若愿意当完人，

就去卖掉你的产业，把钱分给穷人，

你将会在天堂拥有财宝。

但那年轻人听完之后就走开了，

满脸忧愁，

因为他有大量的财产。

# Chapter 19

我很少看到你这么愤慨。神是不会愤慨的。这证明你不是神。

神是一切。神会一切。没有神不是的东西，神对其自身的一切经验，都是神在你之内、化为你、通过你而经验的。你感受的是你的愤慨。

你是对的。因为我同意你刚才说的每句话。

要知道的是，我发送给你的每个思维，你都是通过某个滤镜予以接受的。这个滤镜就是你自己的经验，你自己的真相，你自己的理解，你自己对你的身份和你选择的身份做出的决定、选择和宣言。你无法用其他方式来接受它。也不该用其他方式。

哎呀，你又来了。你是说这些思想和感受都不属于你，而且这本书有可能是错的吗？你是说我和你对话的这整个经验有可能只是我对事物的思维和感受的堆砌？

也有可能你对事物的思维和感受正是我给你的（你认为这些来自哪里呢），你的经验是我和你共同创造的，而你的决定、选择和宣言也有我的功劳。也有可能早在这本书出现之前，我就选择了你和其他许多人作为我的信使。

这让我很难相信。

是的，我们在第一卷就讨论过这个问题。然而我将会对这个世界说话，我将会通过我的教师和我的信使，以及其他各种方式来这么做。在这本书里，我将会告诉你们的世界，它的经济、政治、社会和宗教体制是原始而落后的。我发现你们拥有集体的傲慢态度，竟然认为它们是最好的。我看到大多数人不停地拒绝所有会让你们失去某些东西的改变或者提高，全然不顾那么做将会使很多人受益。

我在此重申，你们星球需要的是大规模的意识转变。你们的觉悟要实现转变。你们要重新唤起对所有生命的尊重，更深入地去了解所有事物的内在联系。

你是神啊。假如你看不惯各种事物的现状，你为什么不改变它们呢？

正如我以前向你解释过的，从最初开始，我的决定就是给你们自由，让你们能够随心所欲地创造你们的生活，从而创造你们的自我。假如我告诉你们创造什么，如何创造，然后迫使、要求或促成你们去那么做，你们就无法认识到你们本身就是造物主。假如我那么做，我的目标就落空啦。

但现在，让我们来看看你们在这个星球上创造了什么境况，看看它会不会让你感到有点愤慨。

随便找份主流报纸，我们只要看其中四个版面就好。

就拿今天的报纸吧。

好啊，今天是1994年4月9日，星期六，我现在看的是《旧金山纪事报》。

很好。随便翻开一个版面吧。

好的。这是A-7版。

嗯。看看上面写着什么。

头条新闻的标题是“发展中国家商谈劳工权利”。

非常好。继续。

这篇新闻报导的是工业化国家和发展中国家在劳工权利问题上的“原有分歧”。根据这篇报导，有些发展中国家的领导人“担心一场扩大劳工权利的运动可能会间接地妨碍他们的低工资产品进入富裕国家

的消费市场”。

接下来，它说来自巴西、马来西亚、印度、新加坡和其他发展中国家的谈判人员拒绝在世界贸易组织设立专门负责起草劳工权利政策的常设委员会。

这些新闻谈到的是什么权利？

它说是“工人的基本权利”，比如禁止强迫工人劳动，制定工作场所的安全标准，保障工人有集体谈工资的机会。

发展中国家为什么不愿意签署含有这些权利的国际协议呢？我来告诉你原因！但首先我们要清楚，抵制这些权利的并不是这些国家的工人。这些发展中国家的“谈判人员”要么是那些工厂的所有者和管理者，要么和那些管理者和所有者关系密切。换句话说，他们都是有钱有势者。

和美国劳工运动之前的情况相同，这些人现在正从对工人的大规模剥削中获得利益。

可以肯定的是，他们得到美国和其他富裕国家的大资本家的暗中资助。这些国家的企业家——他们再也没有办法不公平地剥削他们本国的工人——现在和发展中国家的工厂所有者签署了转包合同，或者在当地建立起属于他们自己的工厂，以便剥削外国工人。资本家能够利用这些尚未得到保护的外国工人，来增加他们已经多得离谱的利润。

但报导说我们的政府——现在的行政机构——正在努力将工人协议写进世界贸易协议。

你们现在的领袖比尔·克林顿是个男子汉，他认为工人应该拥有基本的权利，哪怕你们那些强大的企业家并不这么认为。他勇敢地和大资本家的既得利益进行斗争。有些其他美国总统和其他国家的领袖做的事情没他多，但却遭到了杀害。

你是说克林顿总统将会被谋杀吗？

我们不妨这么说，将会有巨大的势力试图将他赶下台。他们不得不把他赶出白宫——就像他们三十年前不得不将约翰·肯尼迪赶走那样。

像他的前任肯尼迪，比尔·克林顿做的都是大资本家讨厌的事情。他不但要在全世界为工人权利呼吁，而且几乎在所有社会问题上，他都坚定地和“小人物”并肩作战，对付顽固的体制。

例如，他认为每个人都有权利获得足够的医疗保健服务——不管他或她是否付得起美国医疗界高兴地收取的昂贵价格和费用。他说看病的成本应该降低。这使他非常不受美国另一拨为数众多的有钱有势者待见，其中包括制药商、保险公司、医疗公司和众多不得不为他们的工人支付标准医保金的企业所有者。假如美国的穷人普遍能够得到医疗保健服务，大量现在赚很多钱的人必定会赚得少一些。

这使得克林顿先生成不了最受欢迎的人。反正有些人是很讨厌他的——而这些人已经在本世纪里证明了他们有能力将美国总统赶下台。

你是说……？

我是说“有者”与“无者”的斗争将会永远地持续下去，遍布你们的星球。只要驱动世界的是经济的利益而非人道的利益，只要人类最关心的是人类的身体而非人类的灵魂，这种情况就将会延续。

嗯，我想你是对的。这份报纸的A-14版有个标题是“萧条在德国引发民愤”。副标题写着“失业率创战后新高，贫富差距越拉越大”。

是吧。这篇报道说了什么呢？

它说该国有越来越多的工程师、大学教授、科学家、普通工人、木匠和厨师遭到辞退。它说该国遭遇了某种程度的经济衰退，而且“许多人觉得这种艰难时局对社会各个阶层造成的影响并不均等。”

确实如此。向来是这样的。报道有说什么原因导致这么多人遭到裁员吗？

有啊。它说那些愤怒的职工“原本都有工作，但雇主把他们的企业迁移到劳动力廉价的外国”。

哈哈。我想很多看今天的《旧金山纪事报》的人会发现A-7版和A-14版的报道是有关联的。

报道还指出，当裁员风波袭来时，女性雇员是最先遭殃的。它说“女性占到全国失业人口的一半，而在东部，这个数字接近三分之二”。

当然啦。我还想指出，你们的社会经济系统全面地区别对待各类不同的人，但你们大多数人不愿意正视或者承认这种情况。你们并没有向所有人提供均等的机会，与此同时又大声地宣称你们有。不过呢，你们必须相信这个谎言，这样你们才能够继续自我感觉良好；若是有谁说出真相，你们会对其恨之入骨。哪怕证据已经奉送到你们面前，你们也将会予以否认。

你们的社会是一个鸵鸟社会。

好啦，今天的报纸还有别的新闻吗？

A-4版有篇报道的标题是“联邦为结束住房歧视施加新压力”。它说：“联邦住房部官员正在起草一项政策，推行力度空前的举措来消灭住房中的种族歧视。”

你们应该躬身自问的是，这些举措为什么必须由政府来推行？

我们的《公平住房法案》禁止出现因种族、肤色、宗教、性别、原籍、残疾或者家庭人口而引起的住房歧视。然而许多当地社区根本不去消灭这些歧视。这个国家仍有许多人认为他们应该有权利处理他们的私人财产——包括把房子租或不租给什么人。

然而假如全部有房子可出租的人都可以做出这样的选择，而且这些选择总体上反映了社会对某类人的集体意识和普遍态度，那么有些人就会完全找不到可以生活的适宜住所。由于缺乏适宜的住所，地主和黑心肠房东就能够把破房子租出大价钱，不给租客提供必要的设备，或者把房子租出去就不管。于是有钱有势者又能剥削劳苦大众，这次打着的旗号是“财产权”。

人们应该有财产权的呀。

但假如少数人的权利和多数人的权利发生了冲突呢？

这向来是每个文明社会面临的问题。

全体的更高利益能够战胜个体的权利？社会对其自身有责任吗？

你们用你们的公平住房法案给出了肯定的答案。

有钱有势者则用拒绝遵守和落实这些法律的方式给出了否定的答案，他们说：“当然是我们的权利更重要啦。”

你们的总统和他的政府也想强行解决这个问题。并非所有美国总统都愿意同时在两条战线上与有钱有势者对抗。

这我知道。这篇报纸文章说克林顿政府的住房部官员虽然在职时间不长，但他们对住房歧视发起的调查比过去十年还要多。华盛顿有个国家智库组织叫作“公平住房同盟会”，它的发言人说，许多年来，他们试图游说政府坚决要求公平住房法案必须得到遵守，但只有克林顿政府愿意这么做。

所以与这位现任总统为敌的有钱有势者变得更多啦：制造商和企业家、制药公司和保险公司、医生和医疗集团，还有房产投资者。全部都是既有钱，又有影响力。

正如我前面说过的，他们正在想办法给克林顿制造麻烦。

就在这段文字被写下的时候，1994年4月，他正承受着各种沉重

的压力。

这份1994年4月9日的报纸有其他关于人类的报道吗？

有啊，让我们回到A-14版，版面上有张俄罗斯政治领袖挥舞拳头的照片。照片下方是一篇新闻报道，它的标题是“季林诺夫斯基在国会袭击同僚”。文章说弗拉基米尔·季林诺夫斯基“昨天又挥起了拳头，暴揍”某个政治对手，并当着对方的面大叫：“我要让你烂死在监狱里！我要一根一根拔光你的胡子！”

你还奇怪国家之间为什么会交战吗？这人是一场大型政治运动的主要领袖，可是在国会大厅里，他却必须通过暴揍对手来展现他的男子气概。

你们人类是非常原始的，你们只懂得弱肉强食。你们星球上没有真正的法律。真正的法律是自然法，它是极其复杂的，而且无需被解释或者教导。它是可观察到的事实。

真正的法律是人们自愿遵从的法律，因为他们天生就受到这些法律的约束。因此他们对这些法律的认可是发自内心的，并不是经过各方协商之后才达成的。

这些法律无需强制推行，它们已经得到推行，而推行它们的手段很简单，就是无可否认的后果。

让我来给你举个例子。高度进化的生灵并不会用铁锤去敲他们自己的头，因为那样会很痛。基于同样的原因，他们也不会用铁锤去敲别人的头。

这些高级生灵发现，如果你用铁锤去敲别人的头，那人会很痛。如果你不停地那么做，那人会生气。如果你不停地激怒他，他最终会亲自去找一把铁锤，用它来敲你的头。所以高级生灵知道，如果你用铁锤去敲别人，就等于是在用铁锤敲自己。哪怕你有更多的铁锤，或者更大的铁锤，结果都是相同的。你迟早会遭到报应。

这种结果是可以观察到的事实。

尚未进化的生灵——原始的生灵——也发现这个事实。只是他们不在乎。

高级生灵不愿意玩“铁锤最大者获胜”的游戏。原始生灵只玩这个游戏。

巧合的是，这大体上是男性的游戏。在你们人类当中，女性很少有愿意玩“铁锤敲头”的。她们玩新的游戏。她们说：“如果我有铁锤，我就用铁锤来追求正义，追求自由，让我的兄弟姐妹彼此相爱，让这片土地上所有人彼此相爱。”

你是说女人比男人更高级吗？

我并没有做出这样那样的判断。我只是实话实说。

你知道吗，真相和自然法一样，是可以观察到的事实。

任何不是自然法的法律都是不可观察的，所以必须向你们解释。必须有人告诉你们为什么它对你们是有利的。它必须被证明给你们看。这并非简单的任务，因为假如某样东西对你们本身有利，那么它是不证自明的。

只有那些并非不证自明的才需要向你们解释。

要说服人们相信某样并非不证自明的东西，那得是与众不同而且极具决心的人才行。为了达到这个目标，你们发明了政治家。

还有传教士。

科学家不会说很多话。他们通常不是很健谈。他们不需要能说会道。如果他们进行某个实验，并取得成功，他们只要把实验结果给你们看就行了。结果本身会说话。所以科学家往往是比较安静的，不会长篇大论。他们不需要那么做。原因在于他们的研究是不证自明的。此外，如果他们做了某个实验，然后以失败告终，那他们也没什么好

说的。

政治家就不是这样啦。哪怕失败了，他们也要说话。实际上，有时候他们失败得越多，话就越多。

宗教也是这样的。它们失败得越多，话就越多。

然而我告诉你这个道理。

真相和神处于相同的地方，那个地方叫作沉默。

当你发现神的时候，当你发现真相的时候，你不必说出来。它是不证自明的。

如果你滔滔不绝地谈论神，那可能是因为你仍在寻找。那是可以的。那是没问题的。只是要知道你身在何方。

但学校的老师总是在谈论神。我们在这本书里面也是这样。

你们只教你们选好要学习的东西。是的，这本书确实谈到我，也谈到生活，这使得这本书成为非常有意义的例子。你会撰写这本书，因为你仍然在寻找。

是的。

那些正在阅读这本书的人也是如此。

但我们下面来谈谈创造。在本章的开头，你问我，假如我不喜欢地球的现状，为什么不改变它。

我不会评判你们的所作所为。我只是观察它，然后时不时会描述它，正如我在这本书所做的这样。

但现在我必须问你（忘掉我的观察和我的描述吧），你们在这个星球上创造的景象你也看到了，你有什么感觉呢？你刚才只是拿出一天的报纸，到目前为止已经发现：

- 有些国家拒绝赋予基本的权利给工人。
- 在面临经济衰退的德国，富者愈富，贫者愈贫。
- 美国政府不得不强行迫使业主遵守公平住房法案。
- 俄国有个强大的领袖向政治对手说：“我要让你在地狱里烂死！我要一根一根拔光你的胡子！”同时在国家立法机关用拳头去打对方的脸。

这报纸还有什么文章能让我见识你们的“文明”社会吗？

有啊，A-13版的头条新闻是：“安哥拉内战中最痛苦的是百姓”。该报道的副标题是：“在叛乱地区，上层阶级挥金如土，平民百姓食不果腹”。

够了，我能想象得到情况是什么样的。这只是一天的报纸吗？

这只是一天的报纸中的一叠。我还没翻完A叠呢。

所以我要在此重申：这个世界的经济、政治、社会和宗教系统是原始而落后的。我不会改变这种情况，原因我已经说过。在处理这些问题的时候，你们必须拥有自由的选择和自由的意志，这样你们才能经验到我对你们最高的期许——也就是认识到你们就是造物主。

而迄今为止，经过这数千年之后，这就是你们进化到的境界，这就是你们创造出来的境况。

这种境况没有让你感到愤慨吗？

然而你做了一件好事。你来找我，征求我的意见。

你们的“文明社会”反复地回过头，问神：“我们哪里做错了？”“我们能做得更好吗？”你们在所有其他场合彻底地忽略我的建议，但我并不会因此而不再提供建议给你们。就像一位好心的家长，我总是愿意在被问起时提供有益的实话。就像一位好心的家长，我也愿意继续爱你们，哪怕你们忽略了我。

所以我正在如实地描述事物的现状。我正在告诉你们怎样才能做

得更好。我正在用一种让你们感到愤慨的方式这么做，因为我想要引起你们的注意。我知道我的目的已经达到。

要怎样才能实现你在本书反复提到的那种大规模意识转变呢？

那是一种需要精雕细琢的细活。人类的经验好比一块大理石，我们就像雕刻家，慢慢地凿啊凿，去掉其多余的部分，这样到最后才能创造和显示出雕塑品的真正之美。

我们？

你和我，通过我们撰写的这些书，还有其他许多人，所有的信使。那些作家、艺术家、电视和电影制片人。那些音乐家、歌唱家、表演家、舞蹈家、教师、萨满、巫师。那些政治家、领袖（是的，有些领袖是非常好和非常真诚的）、医生、律师（是的，有些律师是非常好和非常真诚的），还有全美国和全世界的客厅、厨房和后院里的母亲、父亲、奶奶外婆、爷爷外公。

你们是先锋。你们是前驱。

许多人的意识正在转变。

因为有你们。

有人说要实现这种转变，必须先出现世界性的动乱和极具破坏力的大灾难，这是真的吗？必须等到地轴倾斜，击中地球的流星让所有大陆沦陷，人们才肯听吗？必须等到外星人来访，把我们吓得半死，我们才能有足够的睿见去意识到我们是一体吗？必须等到所有人面临绝境的时候，我们才会主动去寻找新的生活方式吗？

这些灾难事件不是必须的——但有可能会发生。

它们真的会发生吗？

你以为未来是可以预测的啊？你觉得神能够预测未来啊？我告诉你吧：你的未来是被创造出来的。依照你的心意被创造出来。

但前面你说过在时间的真实本质中，“未来”是不存在的；所有事情都是即时发生的，发生在永恒的此刻。

是这样的。

那我要问你，“此刻”是否存在着那些地震、洪灾和撞击地球的流星？可别说你虽然是神但你也不知道！

你想要这些事情发生吗？

当然不想啦。但你说过的，凡是将要发生的事情，都已经发生过——而且正在发生。

是的。但永恒的此刻也是永远变化的。它就像一幅流动的拼图——它永远存在，但不停地发生变化。你不能眨眼，因为等你再次睁开眼睛，它就变得不同啦。看啊！快看！看到了吗？它又发生变化了！

我不断地在变化。

是什么让你发生变化呢？

你们对我的想法啊！你们对一切事物的思维，会促使一切事物发生改变——立刻的改变。

有时候全体中的改变是很细微的，根本是无法察觉的，这要看思维的力量。但如果那是强烈的思维，或者是集体思维，那么就会造成巨大的影响，产生难以置信的效果。

一切都会改变。

那么——你说到的这种全球性的大灾难到底会不会发生？

我不知道。会发生吗？

你们说了算。别忘了，你们正在选择你们的实在。

我选择它不会发生。

那它就不会发生。也可能会发生。

你又来了。

是的。你必须学会在矛盾中生活。你必须明白这个最大的真相：物皆无谓。

物皆无谓？

我会在第三卷解释的。

哦……好吧，但我好想现在就听到你的解释啊。

这里等待你吸收的东西已经够多啦。给你自己一些时间。给你自己一些空间。

你能先别走吗？我感觉到你要走了。每当你准备要离开，你就会这样说话。我想再跟你谈谈其他几件事情……例如，比如说，外星人——有这样的东西吗？

实际上，等到第三卷我们也会讨论这个问题。

哎呀，拜托你啦，先透露一点也好啊。

你想知道宇宙其他地方是否存在着有智慧的生命？

是的。当然存在。

像我们这样原始而落后吗？

有些比你们落后得多，有些只落后一点点。有些比你们先进得太多啦。

这些外星人有来过地球吗？

有啊。来过很多次啦。

来干什么呢？

来探索啊。有时候是来温柔地帮助你们。

他们怎么帮助我们呢？

他们时不时拉你们一把啊。例如，你肯定意识到过去七十五年来，你们在技术方面的进步，比以前所有历史时期加起来还要多。

是的，我想是这样的。

你觉得从CAT扫描到超音速飞行，再到你们安装在体内用来调节心律的电脑芯片，所有这些东西都来自人类的头脑吗？

嗯……是的吧！

那么人类在以往几千年里为什么没有发明它们呢？

我不知道。当时技术水平不够吧，我猜。我是说，各种技术之间是相连的，一样导致另外一样。当时最初的技术没有出现，后来它出现就不同啦。这完全是一个进化的过程。

在这数十亿年的进化过程当中，大约在七十五到一百年前出现了巨大的“理解力大爆炸”，你不觉得很奇怪吗？

这个星球上现在有许多人在其短短一生中就能看到从无线电到雷达再到射电电子学的发展，你不觉得这种情况有点异常吗？

你不认为这种情况代表了某种巨变吗？你不觉得如此迅猛巨大的飞跃违反了任何发展的逻辑吗？

你想说什么呢？

我想说的是，你们也许有可能得到了帮助。

假如我们在技术上得到帮助，那么我们在灵性上为什么没有得到帮助呢？我们为什么没有得到某些协助，来实现这种“意识转变”呢？

你们有得到啊。

真的吗？

那你以为这本书是什么？

倒也是。

除此之外，每天都有新观念、新思维、新概念被摆在你们面前。

提高整个星球的灵性觉悟，从而实现意识转变，这是个缓慢的过程。它需要时间和巨大的耐心。需要几辈子。几代人。

然而你们慢慢地在提高。你们轻轻地在转变。你们悄悄地在改变。

你是说外星人正在帮助我们完成这件事吗？

是啊。他们就在你们之间，有许多人。他们已经帮助你们好多年啦。

那么他们为什么不让自己为人所知呢？为什么不现身呢？那不是能够使得他们事半功倍吗？

他们的目标是协助实现你们大多数人想要的改变，而非创造它；他们的目标是推动，而非强迫。

他们若是现身，由于他们的出现带来的极大示范力量，你们将会给予他们极大的尊敬，给予他们的话语极大的重视。但由民众去获取他们自己的智慧是更好的做法。由内在而生的智慧，和由其他方式而生的智慧相比，较不容易遭到丢弃。总的来讲，和别人告诉你们的道理相比，你们会更加珍惜你们自己创造的道理。

我们会看到他们吗？我们能看到这些天外来客的真面目吗？

会啊。总有一天，你们的意识将会提高，你们的害怕将会消退，到时他们就会向你们现身。

他们有些已经现身了，只不过是向少数人而已。

现在有种理论变得越来越流行，这种理论说外星人实际上都很坏，你怎么看呢？有外星人想要伤害我们吗？

你们有同类想要伤害你们吗？

当然有啊。

你们也许会判断出有些外星人，进化程度较低的外星人，想要伤害你们。然而记住我的教导：别做评判。假如以人们的宇宙观为标准，他们做的事都是合情合理的。

有些生灵在技术方面是很先进，但是他们的思想却不是。你们人类就是这样的。

但如果这些恶意的生灵在技术上十分先进，他们肯定能毁灭我们。该如何阻止他们呢？

你们是受到保护的。

真的吗？

是啊。你们被赐予了走完你们自己的道路的机会。你们自己的意识将会创造出那种结果。

这意味着什么呢？

这意味着，就这件事而言，以及就其他所有事情而言，凡是你们所思的，你们皆会得到。

凡是你们所怕的，皆会遇到你们。

凡是你们所厌的，皆会纠缠你们。

凡所有相，皆是虚妄——让你们有机会在你们愿意的时候重新创造它，或者将它永远地赶出你们的经验。

凡是你们选择的，你们皆会经验。

嗯。可是我的生活看起来不是这样的。

因为你怀疑那种力量。你怀疑我。

也许怀疑你并不是好事情。

绝对不是。

# Chapter 20

人们为什么怀疑你呢？

因为他们怀疑自己。

他们为什么怀疑自己呢？

因为有人告诉他们、教他们这么做。

什么人？

那些自称代表我的人。

我听不明白。为什么呢？

因为这是控制人们的方法，唯一的方法。你知道吗，你们必须怀疑自己，否则你们就会索回属于你们的权力。那是不可以的。那完全是不可以的。那些现在拥有权力的人不会允许你们这么做。他们控制的权力其实是你们的——他们知道这一点。唯一能够继续执掌权力的办法是阻拦世人去发现、从而解决人类经验中两个最大的问题。

哪两个？

嗯，我在本书反复地描述过这两个问题啦。下面来做点总结……

世界上大部分问题和冲突，以及你们作为个人的大部分问题和冲突，都可以得到解决和调解，前提是整个人类社会将会：

1. 放弃分离的观念。
2. 采纳坦诚的观念。

别再认为你们是彼此分离的，别再认为你们自己和我是分离的。永远向其他人说出全部的真相，永远只接受你们关于我的最高尚的真相。

第一个选择将会导致第二个，因为当你们发现和明白你们和所有人是一体，你们便无法再说谎，或者隐瞒某些重要的事情，而是完全坦诚地对待所有人，因为你们将会明白，这么做对你们自己是最有利的。

但这种范式转变需要极大的智慧、极大的勇气和巨大的决心。因为恐惧将会攻击这两个观念的心脏，并说它们是错误的。恐惧将会吃掉这些高尚真相的内核，让它们变得空洞。恐惧将会扭曲、玷污和破坏。所以恐惧将会成为你们最大的敌人。

然而你们将不会拥有、无法制造出你们一直以来念兹在兹、梦寐以求的那种社会，除非和直到你们有足够的智慧与眼光去发现这个终极的真相：你们对别人所做的，就是对自己所做的；你们无法为别人做到的，也无法为自己做到；别人的痛苦就是你们的痛苦，别人的欢乐也是你们的欢乐，忽视别人的痛苦或欢乐，就是忽视你们自己的痛苦和欢乐。是时候重新发现你们自己啦。是时候重新认识你们的真正身份、从而让你们彼此再次坦诚相待啦。因为当你们和神的真实关系变得坦诚，我们就将会亲密无间。再也没有什么能将我们分开。

虽然你们将会再次生活在分离的幻象中，你们将会把这种幻象视为工具，用它来重新创造你们的自我，你们将会世世代代生活在光明之中，看到幻象的本质，愉快地、欢乐地用它来经验我们的身份中那些你喜欢经验的因素，然而再也不会认为它就是实在。你们再也不必使用遗忘的方法，才能重新创造你们的自我，而是有意识地利用分离的幻象，完全由于特定的原因和特定的目标，去选择成为分离的个体。

等到你们彻底到达了光明境界（也就是说，再次充满了光），你们甚或会以提醒别人为特定的目标，选择重新回到物质的生活。到时你们选择回到这种物质生活，也许不是为了创造和经验你的自我中的新因素，而是为了将真相的光明带给这个虚幻的地方，让别人能够看到。那么你们将会成为“光明使者”。你们将会成为觉悟运动的一部分。有些人已经这么做过。

他们来到这里，是为了帮助我们认识到我们的真实身份。

是啊。他们是达到光明境界的灵魂，他们是已经进化的灵魂。他们不再寻求对他们自己有更高的经验。他们已经有过最高的经验。他们现在只想要将那种经验的消息带给你们。他们把“好消息”带给你们。他们将会让你们看到神的道路和神的生活。他们将会说：“我就是道路和生活，请随我来。”然后他们将会以身作则，让你们明白生活在与神有意识的结合（也就是神的意识）的永恒光荣之中是什么样子。

我们永远结合成一体，你们和我。我们无法不是一体。那完全是不可能的。然而目前你们在生活中对这种结合的经验是无意识的。但化为肉身的你们也有可能在生活中有意识地与太极结合，有意识地领悟到终极的真相，有意识地表达你们的真实身份。你们若是做到这一点，就会成为所有其他生活在遗忘之中的人的榜样。你们会变成现世的提醒者。这样你们就能够使别人免于在他们的遗忘中永远地迷失。

那就是地狱，那种在遗忘中永远地迷失的情况。然而我不会允许这种情况出现。我不会允许有哪只羊迷了路，所以我会派出……牧者。

实际上，我将会派出许多牧者，你们可以选择成为他们中的一员。每当有灵魂被你们从沉睡中唤醒，重新忆起他们的真实身份，天堂里所有的天使将会为这些灵魂欢呼。因为他们曾经迷了路，现在他们被找到了。

我们的星球上现在就有这些人、这些神圣的生灵吧？不只是过去有，而是现在也有，对吧？

是的。以前一直都有。将来永远会有。我不会让你们没有导师；我不会抛弃羊群，而会永远为它派出我的牧者。你们星球上如今有许多牧者，宇宙的其他地方也一样。在宇宙的某些地方，这些生灵在生活中不停地与最高的真相交流，不停地表达最高的真相。这些地方就是我以前提起的光明社会。它们是存在的，它们是真实的，它们曾经

向你们派来它们的使者。

你是说佛陀、奎师那和耶稣是太空人吗？

这是你说的，我可没说。

这是真的吗？

你第一次听到这种说法啊？

不是啦。但这是不是真的嘛？

你相信这些大师来到地球之前存在于某个地方，然后在所谓的死亡之后返回那个地方吗？

我相信啊。

你认为那个地方在哪里呢？

我总是认为那就是我们说的“天堂”。我认为他们来自天堂。

你认为这个天堂在哪里呢？

我不知道。可能在其他境域吧。

其他世界吗？

是的……哦，我明白啦。但我想那是灵性的世界，而不是其他像我们这样的世界，不是其他星球。

那确实是灵性的世界。可是你怎么会认为这些生灵——这些神圣的生灵——无法或者不会选择在宇宙的其他地方呢？他们不是来过你们的世界吗？

我从来没想过这个问题。我没想到事情有可能是这样的。

“天上人间的事，赫拉修，比你的哲学所能梦想到的多得多。”

这是你们伟大的思想家威廉·莎士比亚写的。

那么耶稣真的是太空人！

我没这么说。

好吧，他到底是不是嘛？

耐心点，我的孩子。你跳前太多啦。你要了解的还有很多。还多着呢。我们还要再写一整本书。

你是说我必须等待第三卷吗？

我从开始就告诉过你，承诺过你。我当时说将会有三本书。第一卷处理个人生活的各种真相和难题。第二卷讨论地球大家庭的生活的各种真相。我说过第三卷将会囊括和各种永恒的疑问相关的最大真相。这样宇宙的秘密就会得到揭示。

也可能不会。

哎呀，老兄，我不知道我还能忍受多久。我是说，我真的厌倦了，用你的话来说，“在矛盾中生活”。我想让生活确定下来。

那么它就会确定下来。

也可能不会。

就是这样！就是这样！你开窍啦！现在你掌握神圣的二元论了。现在你全都明白了。现在你理解那项计划了。

一切存在于过去，存在于如今，也将永存于此刻。所以一切都是此在。然而此在是不停地变化的，因为生活是持续不断的创造过程。因此，此在其实就是虚无。

这种此在的状态是永不相同的。这意味着此在便是虚无。

天哪，你饶了我吧。这样的话，一切如何还能是一切？

一切其实不是一切。但你又跳前啦！现在还早呢，我的孩子。现在还早呢。等看完第三卷之后，你将会明白这些和其他大秘密。也有可能……

也有可能不会。

正是如此！

好吧，好吧……我们算扯平啦。但是在看完第三卷之前，对我（或者那些可能从来没看过这几本书的人）来说，要在此时此地重新找到智慧、重新找到光明、重新找到神，应该怎么做呢？我应该回到宗教吗？要通过宗教才可以吗？

回到灵性。忘记宗教。

你这句话会激怒很多人的。

这整本书将会激怒很多人……也有可能不会。

你为什么要说忘记宗教呢？

因为它对你们是无益的。你要明白的是，有组织的宗教若要取得成功，就必须让人们相信他们需要它。人们若要信仰其他东西，他们首先必须不再信仰他们自己。所以有组织的宗教首要任务是让你们失去对自己的信仰。第二个任务是让你们知道它拥有你们缺少的答案。第三个和最重要的任务是让你们不加怀疑地接受它的答案。

你们如果怀疑，就会开始思考！你们如果思考，就会开始回归内在的本源。宗教不能让你们那么做，因为到时你们得出的答案，非常有可能和它杜撰出来的答案不同。所以宗教必须让你们怀疑你们的自我；必须让你们怀疑你们自己有把问题想清楚的能力。

宗教的问题在于，这种做法往往会适得其反——因为如果你们不能不加怀疑地接受你们自己的思想，又怎么可能不怀疑宗教提供给你们的关于神的新思想呢？

你们很快将会怀疑我的存在——而具有讽刺意味的是，你们以前从来没有怀疑过。当你们凭借本能地认识生活时，你们也许没有彻底地了解我，但绝对知道我是存在的。

正是宗教创造了疑神论。

任何看到宗教的所作所为的人，只要他头脑清楚，就必定会认为宗教是没有神的！因为正是宗教，让人类心里充满了对神的怕，而人类曾经衷心地爱着神及其全部的光辉。

正是宗教，命令人类向神卑躬屈膝，而人类曾经是舒畅地站立的。

正是宗教，促使人类担忧神的愤怒，而人类曾经寻找神来减轻他的负担！

正是宗教，告诉人类要为他的身体及其最自然的功能羞愧，而人类曾经为这些功能欢庆，视它们为生活最大的礼物！

正是宗教，教育你们必须通过某个中介才能接触神，而你们曾经认为你们只要在生活中体现善良和真相就能够接触神。

正是宗教，强迫人类要崇拜神，而人类对神的崇拜曾经是发自内心的！

宗教在其所到之处都创造了分离——而这正好与神背道而驰。

宗教让人与神分离，人与人分离，男与女分离。实际上有些宗教宣称神高于人，甚至还宣称男高于女，从而对人类的一半做出了空前扭曲的错误理解。

我告诉你们吧：神并不高于人，男并不高于女——这并不是“事物的自然秩序”。但每个掌握权力者（具体来说就是男人）都希望那种说法是成立的，因为他们创立了各种男性崇拜的宗教，系统地将“圣经”的内容删掉一半，以便剩下被当作定稿的那部分能够符合他

们的男性世界观。

正是宗教，时至今日仍坚称女人的素质比较差，是二等的灵性公民，不“适合”教导神的话语，传授神的话语，或者引导人们如何崇拜神。

就像儿童那样，你们迄今仍为我选中哪个性别来充当我的牧师而争论不休！

我告诉你们吧：你们都是牧师。每个人都是。

没有哪个人、哪类人比其他人更加“适合”从事我的工作。

但是你们之中有许多人就像你们的国家，患上了权力饥渴症。他们不喜欢分享权力，只想使用它。他们虚构出来的神也是那样，也患上了权力饥渴症。那个神不喜欢分享权力，只想使用它。然而我告诉你们吧：神最大的礼物就是分享神的权力。

我想要你们像我一样。

但我们不能像你啊！那是对神的亵渎。

你们受到的这种教育才是对神的亵渎。我告诉你们吧：你们是依照神的模样和形象被创造出来的——成为神是你们终将实现的目标。

你们来到这里，不是为了奔波劳碌、艰苦奋斗，却永远无法“到达那里”。我也没有把不可能完成的任务分派给你们。

请相信神的善良，请相信神的造物（具体来说就是你们神圣的自己）的善良。

你在本书前面说过的某句话让我很感兴趣。在本书将要结束之际，我想要再谈谈那句话。你当时说“拥有绝对权力者无需对他人发号施令”。这是神的本质吗？

你现在明白啦。

我曾经说过：“神是一切。神会一切。没有神不是的东西，神对其自身的一切经验，都是神在你之内、化为你、通过你而经验的。”在我最纯粹的形式中，我是绝对的实在。我是绝对的一切，所以我绝对没有需要，没有需求，无需发号施令。

若离开这种绝对的纯粹形式，我就是你们构造的我。这就像你们终于看到了神，并说：“哇，你怎么是这样的？”然而，无论你们将我构造成什么样子，我无法忘记我的纯粹形式，并总是回到我的纯粹形式。其他全都是虚幻。那是你们虚构出来的东西。

有人把我捏造成一个会嫉妒的神，但我拥有一切，我就是一切，我怎么会嫉妒呢？

有人将我塑造成一个会愤怒的神，但无论哪种方式都不可能伤害我，我又怎么会生气呢？

有人将我打造成一个会报复的神，但由于所有存在的都是我，我该向谁报复呢？

我怎么会仅仅因为我创造的东西而惩罚自己呢？又或者，假如你们非得认为我们是分离的不可，我为什么要创造你们，让你们拥有去创造你们想要经验的东西的自由选择，然后因为你们做出了“错”的选择而永远地惩罚你们？

我告诉你们吧：我不会做这样的事——这个真相能让你们得到自由，摆脱神的专制。

实际上，专制是不存在的——它只存在于你们的想象。

只要你们愿，你们随时可以回家。只要你们想，我们随时可以团聚。你们随时可以再次体会与我合一的狂喜。随便什么时候都可以。当和风吹拂你们的脸庞。当蟋蟀在夏天湛蓝色的夜空下鸣叫。

当天空出现第一道彩虹，当新生婴儿发出第一声啼哭。当壮丽的晚霞放出最后的光芒，当壮丽的生命呼出最后的气息。

我永远与你们同在，哪怕直到时间的终点。你们和我的团聚是完整的——无论从前、如今还是将来，都是如此。

你们和我是一体——现在和将来都是如此。

现在去吧，去在你们的生活中体现这个真相。

去让你们的日日夜夜都反映你们内心最高尚的想法。去容许你们的每个此刻都充满了神通过你们现身的狂喜。去这么做吧，去向所有和你们有交往的人表达你们的爱，永恒的、无条件的爱。去成为黑暗中的光，并不要诅咒黑暗。

去成为光明的使者。

那是你们的本质。

所以去吧。

# 致谢

我最先要感谢的，总是所有事物（包括此书）的本源。你们有些人选择称其为神，我也是，然而无论给本源起什么名字是无所谓的。它从前、如今、以后都是本源，哪怕直到比永远更远的将来。

其次，让我感激不已的是，我拥有非常好的父母。感谢他们给了我生命，以及我生命中许多重要的回忆。妈妈和爸爸是天造地设的绝配。虽然在外人看来未必如此，但他们两个人都是这么想的。他们管对方叫“害虫”和“农药”。妈妈说爸爸是“害虫”，爸爸说妈妈是他抵抗不了的“农药”。

我的母亲安妮是个非凡的人，她为人富有同情心，体贴入微，性格安静，宽宏大量，极其慷慨，很有耐心，聪慧过人。她对神的信仰也十分坚定。在她弥留之际，有个新任的罗马天主教年轻神父（他明显很紧张）为她做完最后的仪式，然后从她床边走过来，用充满钦佩的语气颤抖着低声对我说：“我的神啊，她反过来安慰我呢。”

对妈妈最高的赞美是说“对此我并不感到惊讶”。

我的父亲阿力克斯基本上和温文尔雅无缘。他喜欢吵吵闹闹，言语粗鲁，有时会出口伤人，让人难堪；有些人说他经常表现得很残忍，尤其是对我母亲。我不愿就此对他作出评判，我不会对他作出任何评判。我妈妈拒绝评判或者责备他（恰恰相反，她直到临终还在赞扬他），妈妈从来不说爸爸的坏话，我无法想象她这种态度给了我多大的好处。

但是爸爸也有许多优点，妈妈向来是清楚的。这些优点包括坚定地相信人类的灵魂是不可征服的；清楚地知道如果有些事情需要改变，抱怨是没有用的，只有领导别人去改变才有用。他告诉我，我想做什么都可以做到。他是个可以让他的妻子和家庭依靠到他最后一刻的人。他是忠诚的绝对体现，从不骑墙，总是采取坚定的立场，在生

活中拒绝遇到挫折就放弃，即使生活已经打败了其他许多人。哪怕在他面临最大的危险时，他依然会说：“这不算什么啊。”我在生活中每次遇到困难就会使用他这句真言。它每次都见效了。

对爸爸最高的赞美是说“对此我并不感到惊讶”。

在他们的养育下，我得到了很好的锻炼，养成了极度的自信，也学会了无条件地去爱每个人。他们真是绝配！

在上一本书里，我感谢了我家里的其他成员和几个朋友，他们曾经对我的生活做出巨大的贡献——现在依然如此。现在我想要感谢两位在我写完第一本书之后走进我的生活的特殊人物，他们对我造成了极大的影响。他们是：

利奥·布什医生和他的太太丽莎。他们用他们的日常生活向我证明，对家人和爱人的无私照料，对朋友的真心关怀，对穷人的和善，对所有人的热情，对彼此之间的信任和爱的坚持，将会带来给生活最丰富的回报。我受到他们的教育，我心灵深处也得到他们的启发。

在这里我还想感谢我的其他几个导师，他们是神派给我的特殊天使；我现在清楚地知道，他们带给我的信息是非常重要的。他们有的和我有直接的交往，有的和我比较生疏，有的则处在矩阵中某个遥远的地方，甚至（在意识的层面上）都不知道有我这个人存在。尽管如此，我的灵魂仍然接受到他们的能量。这些人让我在今生得到许多礼物和好处。他们是：

多莉·帕顿……她的音乐、微笑和整个人格是美国的光荣，而且常常让我的心变得欢快——甚至在它已经破碎，而我坚信它不会再变得欢快的时候。她具有一种特殊的魔力。

特瑞·科尔-维塔克尔……自从我遇到她那天起，她在生活的聪慧、妙语、眼光和欢乐，以及绝对的诚实，就一直是我的榜样和标杆。成千上万的人曾经因为她而变得更好、更强和更愉快。

尼尔·戴蒙德……他精湛的技艺深入他的灵魂，也深入我的灵魂，

并触及了一代人的灵魂。他的才华，以及不吝分享这种才华的慷慨，是值得纪念的。

希雅·亚历山大……她的著作让我恍然大悟，让我明白可以没有限制、没有恶意、没有隐藏目的、没有令人痛苦的妒嫉、没有需求或者预期地去表达人类的情感。她重新激起了世人对无限之爱的追求，和我们对性欢愉的自然欲望，让性再次变得神奇、美好和纯粹。

罗伯特·雷默……他做了相同的事情。

沃伦·斯潘……他让我明白，若想在生活的任何领域达到优秀的水平，则必须设立最高的标准，并拒绝落到这些标准下方；而且还要最严格地要求自己，哪怕在放纵自己也不会有人发现的时候（也许在这样的时候更应该严格地要求自己）。他在运动场上是最杰出的英雄，在战场上是不惧炮火的英雄。他在生活中也是英雄，坚定地让他自己变得优秀，不管为此需要付出多大的努力。

吉米·卡特……他勇敢地斡旋各种国际纠纷，但从来不使用尔虞我诈的政治手段，而是本着他的良心和他心目中最高的正义去这么做。他如同一抹清新的空气，让这个污秽的世界不知道该拿它怎么办。

舍丽·麦克拉恩……她证明智慧和娱乐并非水火不容，证明我们能够摆脱粗鄙、庸俗和自私。她坚信我们既能谈论大的事情，也能谈论小的事情；既能谈论沉重的话题，也能谈论轻松的话题；既能谈论深奥的事物，也能谈论肤浅的事物。她致力于提高我们的话语水平和意识水平，致力于在思想的市场上建设性地使用她的巨大影响力。

奥普拉·温弗雷……她做了同样的事情。

斯蒂芬·斯皮尔伯格……他做了同样的事情。

乔治·卢卡斯……他做了同样的事情。

罗恩·霍华德……他做了同样的事情。

休夫·道恩斯……他做了同样的事情。

吉恩·罗登贝瑞……他的灵魂现在听到这些，并发出微笑……因为他开创了这条道路；他敢于冒险，勇往直前，到达以前从来没有人去过的地方。

这些人是财宝，我们所有人也都是。然而和我们之中某些人不同的是，他们选择了大量地送出他们的自我财宝；将他们自己完全奉献出来，承担所有的风险，抛弃他们的隐私，并让他们的个人世界永远地处于动乱之中，以便呈现他们的真实身份。他们甚至不知道他们给出的礼物会不会被接受。但是他们仍将礼物送出去。

我为此感谢他们。谢谢你们所有人。你们让我的生活变得更加丰富。

尼尔·唐纳德·沃尔什

# 与神对话 2

产品经理｜赵海萍
封面设计｜董歆昱
Kindle电子书制作｜李元沛
出品人｜吴畏

# 目录

前言
Chapter 01
Chapter 02
Chapter 03
Chapter 04
Chapter 05
Chapter 06
Chapter 07
Chapter 08
Chapter 09
Chapter 10
Chapter 11
Chapter 12
Chapter 13
Chapter 14
Chapter 15
Chapter 16
Chapter 17
Chapter 18
Chapter 19
Chapter 20
Chapter 21
后记
致谢

# 与神对话 3

[美]尼尔·唐纳德·沃尔什 著
李继宏 译
江西人民出版社

图书在版编目（ＣＩＰ）数据
与神对话. 3 / (美) 沃尔什著 ; 李继宏译. -- 南昌 : 江西人民出版社, 2015.6
ISBN 978-7-210-07435-9
I. ①与… II. ①沃… ②李… III. ①人生观 - 通俗读物 IV. ①B821-49
中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第133321号

江西省版权局著作权合同登记：图字14-2015-153
Copyright 1997, 2012, and 2014 by Neale Donald Walsch through Andrew Nurnberg Associates International Limited

与神对话. 3
尼尔·唐纳德·沃尔什 /著
责任编辑/王华
出版发行/江西人民出版社
印刷/北京鹏润伟业印刷有限公司
版次/2015年7月第1版
2015年7月第1次印刷
开本/ 880毫米×1230毫米 1/32 印张15.25
字数/ 378千字
书号/ ISBN 978-7-210-07435-9
定价/ 68.00元

**赣版权登字—01—2015—416**
版权所有 侵权必究

献给

南茜·弗莱明-沃尔什

她是最好的朋友，亲密的伴侣，
热烈的爱人，神奇的妻子，
她带给我、教给我的，
比地球上
任何人都要多。

遇到你是我
做梦也想不到的福气。
你让我的灵魂再次欢唱，
你让我看到
奇迹般的爱。
你让我找到
我自己。

我谦卑地将这本书献给你，
我最伟大的导师。

# 前言

在我们的文明史上，人类未曾像今天这般渴望得知生活中许多大问题的答案。

如今的生活显得乱七八糟。似乎一切都是颠三倒四的。而好玩的是，我们非常清楚事情本来不该是这样的，我们的生活本来不该是这样的，却似乎不知道如何“把事情理顺”。所以我们寻找。我们寻找答案，我们寻找对策，我们寻找彼此，我们寻找我们自己，我们也寻找神。

在这种情况之下，《与神对话》系列图书这份礼物变得如此重要。因为在这套作品当中，我们的问题得到了回答。这些答案不仅仅是答案，我也不会宣称它们是最好的答案，但它们确实提供了一种崭新的灵性理论，并为更深入地探索生活中的大问题提供了一个非凡的起点。此外，这套对话录自身的性质也决定了它们会提倡读者去做进一步的探索；这是灵性理论必须做，而许多宗教不愿意做的。

这本书是《与神对话》三部曲的完结篇，它对生活的方方面面做出了非凡的点评，极大地促进了这个探索过程。看完这本书之后，读者肯定会觉得受到了挑战。这是很好的，因为这个世界现在需要的，正是对其通行观念的挑战。

我坚定地认为，如果我们继续持有目前大多数人对神和对生活的看法，人类的历史进程将会被改变，人类的未来将会是一场噩梦，我们也许最终会自取灭亡。这是因为我们当前关于神、关于生活的信念对人类生活是无益的。

对人类生活有益的信念会自动产生和平、欢乐与和谐。而人类的信念显然并不产生这些。最令人震惊的是，虽然我们所有人都看到这种情况，但愿意去改变它的人却是少数。我认为你属于这少数人，否则你现在就不会看着这本书。在我看来，你能瞄到这本书，就意味着

你的思想是开放的，愿意去考虑大多数人根本不愿意考虑的事情。

这本书是给勇者而不是懦夫看的。它是给勇往直前而非思前想后的读者看的。它是给极具远见而非鼠目寸光的读者看的。因为在它构想的世界中，爱是所有问题的答案，人类对神的害怕永远不再是神学的基础，人类彼此之间的恐惧完全不再是经济、政治和社会制度的根本原因。

书中描绘了高度进化的生灵和高度进化的社会——这提供了很值得拥有的借鉴，可以指导我们如何重组我们自己的社会，从而达到人类的最高目标，最终实现人类最远大的梦想。

所以请拿起这本书，完整地阅读它。然后读第二遍，再读第三遍。吸收它的内容。深入地思考它所讲的道理。牢牢记住书中提到的神圣秘密：真相就在你内心。竭尽你的所能去改变你的生活方向和人类历史的进程。

假如人类历史能够修正它的路线，机会就在眼前。我们往哪里去？人类会继续在苦海中沉沦吗？会有更多的冲突与愤怒、暴力与杀戮吗？大多数百姓食不果腹、极少数权贵挥金如土的现状会延续吗？社会的失调和混乱会恶化吗？我们创造的各种制度会逐一崩溃吗？

让这些成为我们当前的问题吧。然后，请尽力去寻找答案。利用所有你能调动的资源、所有你能拿到的工具、所有你能获取的洞见，以及所有你能吸收的智慧（包括你从这本书吸取的智慧），去重新创造你自己，重新创造这个世界，力求最完美地实现你对自己曾有过的最远大期许。

去成为你祈祷的奇迹，去成为你请求的力量，去成为你渴望的爱，去成为你希望看到的变化。

去成为它。

去成为你为这个世界追求的目标，从而终结这种追求。请明白凡是你寻找的东西，向来是你的所有，只是在你把它送出去之前，你无

法经验到你已经拥有它。

请从现在就踏上《与神对话·第三卷》的旅途吧！这本书是你促使自己正好在这个时刻读到的，请利用它来唤起所有这些回忆，以及更多的回忆。现在请和我穿越时空，回到我最初写下这本书的时刻，并体会到这本书中蕴含的智慧，是你在此刻送给自己的礼物，因为现在比从前更加需要这种智慧。

尼尔·唐纳德·沃尔什
阿什兰市，俄勒冈州
2003年7月

# Chapter 01

今天是1994年复活节，星期天，我在这里，手里拿着笔。这是我先前得到的吩咐。我在这里等待神。他说过会出现，就像过去两个复活节那样，她会来和我开始持续一年的对话。这次对话是第三次，暂时来看也是最后一次。

这个过程——这次非同寻常的交流——始于1992年。它将会在1995年复活节完成。三年，三卷书。第一卷主要讨论个人的问题：如何看待恋爱关系，怎样找到合适的工作，怎样处理各种和钱、爱、性、神等有关的强大能量，以及如何将它们整合进我们的日常生活。第二卷拓展了这些话题，进一步阐述各种宏观的地缘政治论题：政府的本质，创造没有战争的世界，统一的国际社会的基础。第三卷是三部曲中的最后一部，我获悉它将会关注人类面临的最大问题。各种和异界域、异次元有关的观念，以及如何理解整个复杂的宇宙。

先后次序是这样的：

个人的真相

全球的真相

宇宙的真相

和前两份手稿的情况相同，我现在完全不知道这次对话的内容。这个过程很简单。我把笔放到纸上，提出问题，然后看看我脑子里想到了什么。如果什么也没想到，如果我没有灵感，我就会把笔放下，等第二天再来。就第一卷而言，这整个过程持续了一年，而第二卷则超过一年。（虽然我已经开始第三卷，但第二卷仍未结束。）

我相信这将会是三部曲中最重要的。

从这个过程开始以来，我第一次对它感到非常不舒服。自从我写

下前面四五段文字，已经有两个月过去。复活节到现在两个月过去了，什么也没出现——什么也没有，只有不舒服。

我花了好几个星期来审读和校正这三部曲中首部的校样——这个星期刚收到第一卷最新的改样，却不得不把它送回去重排，更正四十三处不同的错误。与此同时，第二卷仍处于手稿形式，它上星期才完稿——比“计划”整整落后了两个月。（它本应在1994年复活节结束。）这本书是在复活节星期天开始的，尽管当时第二卷尚未终结，自那之后便安然躺在文件夹里，现在第二卷已告完结，它要求得到关注。

然而自1992年这一切开始以来，我第一次感到我正在抵制这个过程，甚至几乎有点厌恶这个过程。我觉得我被这个任务困住了，我向来不喜欢做任何我不得不做的事情。再者，我曾将第一卷未经校对的手稿拿给几个人看，并听到他们对它的反应，现在我坚信在接下来几十年里，这三本书将会得到广泛的阅读、彻底的审查、神学上的分析和激烈的争论。

这让我非常难以动笔，非常难以将这支钢笔视为朋友——因为我虽然知道这份材料必须得到披露，却清楚地知道，我敢于托出这份信息，肯定会招来许多人最猛烈的攻讦、嘲讽甚至也许是仇视——更何况我居然还敢于宣称这份信息是由神直接传给我的。

我想我最大的恐惧在于，其实我当神的“发言人”是既不够格也不合适的，因为我的生活和行为似乎充满了无穷的错误和过失。

那些从前就认识我的人——包括我的几位前妻和我亲生的子女——完全有权利站出来公开指责这些文字，因为我从前做人很失败，连为人夫、为人父这些基本的职责都没履行好。在这方面我一败涂地，在生活的其他方面，比如友谊、正直、勤奋和负责，我也很失败。

总而言之，我非常清楚，我并没有资格宣称自己是神的子民或者真相的使者。我是最没有资格扮演这种角色的人，甚至连想的资格都

没有。我若斗胆说出真相，便是对真相的亵渎，因为我在整个人生中展现出来的统统都是缺点。

由于这些原因，神啊，我恳求你免去我的责任，别让我充当你的记录员，请你去找那些已经在生活中证明他们配得起这份荣耀的人。

我想要完成我们已经开始的任务——不过你没有义务这么做。你对我或者其他任何人都没有“责任”，不过我知道你认为你有，这种想法导致你非常内疚。

我曾让许多人大失所望，其中包括自己的子女。

你生活中所有事的发生都是完美的，它们是为了让你——和所有与你相关的灵魂——以你需要或者想要的成长方式得到成长。

这是每个新时代信徒的“托词”，他们以此来为他们的行为推卸责任，逃避任何不愉快的后果。

我觉得我这辈子大部分时间都很自私，自私得令人难以置信，只顾做我自己高兴的事情，完全不管这些事情对别人的影响。

去做那些让你自己高兴的事情并没有错……

可是有那么多人受到伤害，对我大失所望……

唯一的问题是，让你最高兴的事情是什么。看你言下之意，现在让你最高兴的似乎是那些对别人几乎或者根本没有损害的行为。

你过奖啦。

我是特意的。你必须学会温柔地对待你自己。别再评判你自己。

这太难了——尤其是在别人随时准备进行评判的时候。我觉得我将会令你蒙羞，令真相蒙羞；我认为如果我坚持完成并出版这三部曲，我将会成为失败的使者，因为我将会让你的信息失真。

你无法让真相失真。真相就是真相，它既不能被证实，也不能被证伪。它纯然是客观存在。

别人对你的看法，不能也永远不会影响到我的信息的神奇和美妙。

实际上，你是极佳的信使，因为你从前的生活，是以你所谓不完美的方式度过的。

人们能够在你身上看到他们自己的影子——哪怕他们会评判你。如果他们明白你确实是真诚的，他们甚至能够原谅你那“肮脏的过去”。

然而我要告诉你的是：只要你仍然担忧别人对你的看法，你就会受制于他们。

唯有当你无须外界的认可时，你才能拥有你自己。

我关心的是这些信息，而不是我自己。我担心你的信息会被玷污。

如果你关心的是这些信息，那么将它们披露出来。别担心玷污它们。它们自己会说话。

别忘了我曾经教过你的道理。信息如何被接受，并没有它如何被发送重要。

也请记住这个：为人师者，未必不需学习。

未必要达到完美的境界才能谈论完美。

未必要达到大师的境界才能谈论大师。

未必要达到最高的进化层次，才能谈论最高的进化层次。

只要真心就好。要努力做到诚恳。如果你希望弥补所有你以为你

自己造成的“伤害”，请在行动中表现出来。竭尽你的所能。然后其他的就随便吧。

这说起来容易做起来难啊。有时我觉得非常愧疚。

愧疚和害怕是人类仅有的敌人。

愧疚是很重要的啊。它让我们明白自己做的事情是错的。

“错”这种东西是不存在的。对你无益的东西，以及并不如实反映你的身份和你选择的身份的东西，倒是存在的。

愧疚这种感受将你羁绊在非你的地方。

但愧疚这种感受至少让我们注意到自己走上了歪路。

你说的是觉悟，不是愧疚。

我告诉你吧：愧疚是人世间的疫病，是杀死植物的毒药。

愧疚不会让你得到成长，只会让你枯萎和死亡。

你要寻找的是觉悟。但觉悟并不是愧疚，而爱也不是害怕。

我再次声明，害怕和愧疚是你仅有的敌人。爱和觉悟是你真正的朋友。然而你可别混淆了它们，因为前两者会杀死你，而后两者会给你生命。

照你这么说，我不应该为任何事感到“愧疚”啦？

是的，永远不要。那样有什么好处呢？那只会让你不爱你自己——并且灭绝一切你爱别人的机会。

我也不应该害怕任何事情吗？

害怕和谨慎是两回事。要谨慎，要小心，但别害怕。因为害怕只会让人麻痹，而小心则会让人振作。

要振作，不要麻痹。

以前人们总是教我要害怕神。

我知道。自那以后，对你和我之间的关系，你的感觉就麻痹了。

唯有在你不再害怕我的时候，你才能和我发展出有意义的关系。

如果说我能够给你某样礼物，某种特殊的恩赐，使你可以找到我的话，那么它将会是无畏。

无畏者是光荣的，因为他们将会认识神。

这意味着你必须足够无畏，敢于放下你认为你对神已有的认识。

你必须足够无畏，敢于抛开别人对你说过的关于神的话。

你必须无畏得敢于进入你自己对神的经验之中。

然后你必须别为此感到愧疚。假如你自己的经验有悖于你对神已有的认识，有悖于其他所有人对你说过的关于神的话，你必须不要感到愧疚。

害怕和愧疚是人类仅有的敌人。

可是有人说，照你这种建议去做，等于和魔鬼勾结；他们说只有魔鬼才会提出这种建议。

魔鬼是不存在的。

这也是魔鬼会说的话。

凡是神说过的，魔鬼都会说，是吗？

魔鬼会说得更加巧妙。

难道魔鬼比神更加聪明？

倒不如说更加狡猾。

既然魔鬼说的是神会说的话，那不就是神的“同伙”吗？

可是魔鬼会扭曲神的话啊，扭曲得不多，但足以让人偏离正道，走上歪路。

我想我们必须来谈谈“魔鬼”。

嗯，我们在第一卷谈过很多啦。

显然还不够。再说了，也许有人没有读过第一卷。也没读过第二卷。所以我想我们最好先来总结那两本书里面的部分真相。那将会为这第三卷中更宏大的宇宙真相奠定基础。而且我们很快也将会再次谈到魔鬼。我想让你知道这种东西是如何以及为何被“发明”出来的。

好吧，好吧，就听你的。我已经做好进入对话的准备，所以对话明显即将展开。但在我进行这第三次对话的时候，有件事情人们应该知道：自从我写下前面那些文字到现在，已经有半年过去了。现在是1994年11月25日——感恩节的翌日。我整整花了二十五个星期才写到这里；从上一段你说的话，到这段我说的话，整整隔了二十五个星期。这二十五个星期里发生了许多事情。但有件事情没有发生：这本书毫无进展。为什么需要这么长时间呢？

你没有看到你是如何阻拦了你自己吗？你没看到你是如何推翻了你自己吗？你没看到你是如何挡住你自己通往某个好地方的道路吗？你在生活中向来都是这么干的。

喂，且慢！我可没有拖这个计划后腿！我是无能为力的——没法写下片言只字——除非我觉得，除非我拥有……我不想这么说，但我猜我非这么说不可……灵感，然后才能来到这本黄色便笺纸前面，继续写下去。而灵感是你的事情，不是我的！

我知道。所以你认为拖后腿的人是我，不是你。

差不多是这个意思。

我的好朋友，这真是你——以及其他人——的作风。半年来你缩手袖间，漠然不顾对你最有益的事，实际上还将它从身边推开，然后又抱怨某个人或者某样外在于你的东西令你毫无进展。难道你没看出这里面的玄机吗？

嗯……

我告诉你吧：我不曾不与你同在，不曾尚未做好“准备”。

难道以前我没对你说过吗？

是说过，但……

我永远与你同在，哪怕直到时间的终点。

然而我将不会将我的意愿强加给你——永远不会。

我想要选择对你最有益的东西，但我更想要选择的是你的意愿。这是最为确凿的爱。

当我想要你获取你想得到的东西，那么我就是真的爱你。当我想要你获取我想要你得到的东西，那么我就是在爱我自己，通过你。

所以呢，通过这个标准，你也能弄清楚别人是否爱你，以及你是否真的爱别人。因为爱本身别无所求，它只求有机会实现被爱之人的选择。

这好像跟你在第一卷里说的正好相反，你当时说爱一个人，根本不应该去关心对方是什么人，正在做什么事，拥有什么东西，而应该关注自己是什么人，正在做什么事，拥有什么东西。

这种说法还有其他问题，比如说……有个母亲对孩子大喊：“快到路边来！”或者甚至冒着生命危险，冲到滚滚车流之中，将孩子抱起来，那又怎么说呢？你如何看待这位母亲？难道她不爱她的孩子

吗？然而她可是将她自己的意愿强加给孩子的。别忘了，孩子站到马路中间，是因为他想要站在那里。

你如何解释这些矛盾呢？

这里面并没有矛盾。然而你看不到和谐。你不会理解这条爱的神圣规律，除非你能明白，对我来说最高的选择，和对你来说最高的选择是相同的。那是因为你和我是一体。

你知道吗，这神圣的规律也是神圣的二元律，那是因为生活本身就是二元分化的——在生活中，两个明显相互矛盾的真相可以同时同地存在。

比如说，现在就有两个明显相互矛盾的真相：你和我是分离的，你和我是一体的。同样明显的矛盾也出现在你和每个人之间的关系中。

我坚持我在第一卷的说法：人们在人际关系中犯下的最大错误，是去关注对方有什么想法、是什么人、做什么事和拥有什么东西。只要关心自我就够了。自我是什么人、正在做什么事，拥有什么东西？自我想要什么、需求什么、选择什么？自我的最高选择是什么？

我也坚持我在那本书里的另一种说法：假如自我意识到他人并不存在，那么自我的最高选择就变成了对方的最高选择。

因此，错误并不在于选择了对你来说最好的东西，而在于不知道什么是最好的。这个问题的根本原因是你并不知道你的真实身份，更加不知道你想要获得什么样的身份。

我听不懂。

好吧，我来给你举个例子。如果你想要在印第安纳波利斯五百英里车赛中获胜，那么以一百五十英里的时速开车对你来说也许是最好的选择。如果你想要安全地去商店买日用品，那就可能不是。

你是说一切要视情况而定。

是的。生活中的一切均是如此。什么是“最好”，取决于你的身份，和你想要获得的身份。你无法聪明地选择对你来说最好的东西，除非你能够聪明地确定你的身份和本质。

就拿我来说吧，我是神，我知道我想要获得的身份，所以我知道我的“最佳”选择是什么。

那是什么呢？告诉我吧，“神”的最佳选择是什么呢？这应该是很有意思的……

我的最佳选择就是让你去决定你的最佳选择是什么。因为我想要获得的身份是我的自我，呈现出来的我自己。我是通过你获得这种身份的。

你能听明白吗？

能，说了你也许不信，但我确实听明白了。

很好。接下来我要说的话，你可能觉得难以置信。

我总是把对你来说最好的东西给你……不过我承认你有时候并不知道它是什么。

要理解这个秘密，你得先明白我想要做的事情。

我是男神。

我是女神。

我是最高的存在。我是万物。我是起点与终点。我是最初与最终。

我是形式与实质。我是问题与答案。我是上与下、左与右、此与彼、前与后。

我是光明，我是创造光明、使光明得以存在的黑暗。我是永无止境的善，我是使“善”成为善的恶。我是所有这些，是一切，若非经验到我的自我的全体，我无法经验我的自我的任何部分。

而关于我的这些，你并不了解。你希望让我成为其一而非其二。你希望我是高而不是低，是善而不是恶。可是由于否定我的一半，你也否定了你的一半。而由于你这么做，你永远无法获得你的真实身份。

我是光辉的万物——我追求的是经验地认识我自身。我通过你、通过其他存在的一切事物这么做。借由我做出的选择，我经验到我是光辉的。因为每个选择都能够创造自我。每个选择都能够定义自我。每个选择都表示着我在此时此刻选择的身份。

然而我无法选择光辉，除非有别的可选。部分的我必须不那么光辉，我才能选择我那光辉的部分。

你亦是如此。

我在创造自我的过程中成为神。

你亦是如此。

这是你的灵魂所追求的。这是你的灵魂所渴望的。

我若是阻止你拥有你选择的东西，就会阻止我自己拥有我选择的东西。因为我最大的欲望是经验到我的自我的本质。正如我在第一卷里详细而费力地解释过的那样，唯有在非我的空间中，我才能做到这一点。

所以我小心翼翼地创造出非我，以便我能够经验到我。

然而我是我创造的万物——所以从某种意义上来说，我即是非我。

人们如何能够是他们所不是的东西呢？

那是轻而易举的事情。你向来都这样啊。只要看看你的行为就知道啦。

请努力明白这个道理。宇宙间没有不是我的东西。因此，我即是我，我即是非我。

这就是神圣的二元论。

时至今日，这个神圣的秘密仍只有最圣洁的头脑能够理解。我在这里用通俗易懂的方式向你披露出来，以便更多的人能够明白。

这是第一卷的信息，这是你必须理解的基本真相。你必须深深地认识这个真相，才能够理解和认识这第三卷中甚至更为圣洁的真相。

不过我现在就要告诉你这些更为圣洁的真相中的一个——因为它包含了你刚才那些疑问的答案。

我正希望我们回到我刚才提出来的那些问题呢。如果父母说的话、做的事都是为了孩子的最佳利益，为此甚至不惜违背孩子自己的意愿，他们能算是爱孩子吗？或者说，任由孩子在滚滚车流中玩耍展现了父母最真实的爱？

这是个美妙的问题。这是每个父母从开始养育子女时都会提出的问题。父母会给出什么答案，神就会给出什么答案。

那答案到底是什么呢？

耐心点，我的孩子，耐心点。“耐心等待的人得到好东西。”难道你没听说过这句话吗？

听说过，从前我父亲经常这么说，我很讨厌这句话。

这我能理解。但请耐心对待你的自我，尤其是在你的选择并没有带来你想要的后果时。我们不妨拿你的问题的答案来说。

你说你想要答案，可是你并没有选择它。你知道你没有选择它，

因为你并没有经验到你拥有它。实际上，你拥有答案，你早就有了。你只是不去选择它。你选择的是你不知道答案——所以你不知道。

是的，你在第一卷也说过这个道理。我拥有我选择在此时拥有的一切，包括对神的完整理解，然而我将不会经验到我拥有它，除非我知道我拥有它。

准确无误！你说得真好。

但如果尚未经验到我拥有，我如何能够认识到我拥有呢？我如何能够认识某样我还没经验的东西？难道某个伟人没有说过“认识即经验”吗？

他错啦。

认识并非由经验而生——它催生经验。

世界上大半的人把这个道理弄反了。

那么你是说我拥有我提的问题的答案，只是我不知道我有？

正是如此。

可是如果我不知道我有，那我就没有。

是的，这是个悖论。

我得不到答案……除非我已得到它。

没错。

假如我尚未“认识到我已认识”某样东西，如何才能达到这个“认识到我已认识”的境界呢？

要“认识到你已认识，在行动中表现出你已认识”。

你在第一卷也说过类似的话。

是的。现在我们不妨来重述以前讲过的道理。你提出的问题“正好”很合适，可以让我在本书的开端简要地总结我们以前讨论过的信息。

我们在第一卷谈到“状态－行动－拥有”范式，可惜大多数人完全搞反了。

大多数人以为，如果他们“拥有”某样东西（更多的时间、金钱、爱情等等），他们就终于能够采取“行动”去做某件事（写书、培养爱好、度假、买房子、谈恋爱等等），这将会使他们处于某种存在“状态”（快乐、安宁、满意或者充满爱）。

实际上，他们弄反了“状态－行动－拥有”范式。宇宙的真相与你想象的不同：“拥有”某样东西并不会产生某种存在“状态”，事实与此正好相反。

首先你必须处于那种叫做“快乐”（或者“领悟”、“明智”、“同情”等等）的状态，从这种存在境界出发，你才能采取“行动”去做各种事情——很快你将会发现，你所做的事情最终给你带来了你向来想要“拥有”的东西。

启动这种创造性过程（也就是创造的过程）的方法是，看看你想“拥有”什么，问你自己，一旦“拥有”那样东西之后，你会处于什么“状态”，然后直接进入那种状态。

这样你就逆转了你从前使用“状态－行动－拥有”范式的次序（实际上是把次序调得正确了），从而顺应——而非抵制——了宇宙的创造性力量。

可以这么简要地阐述这个原则：

生活中并没有你非做不可的事情。

那完全取决于你的存在状态。

在这次对话结束的时候，我将会再次提起三个道理，这是其中之一。我将会用它来结束这本书。

现在，为了阐释这个道理，不妨想象有个人，他知道如果自己能有再多一点点时间，再多一点点钱，或者再多一点点爱，他就会真正地快乐。

他不理解他现在“不是非常快乐的状态”和他并没拥有他想要的时间、金钱和爱情之间的关系。

正是如此。从另外一方面来讲，处在快乐“状态”的人似乎拥有去做真正重要的事情的时间，拥有足够的金钱，以及终身不渝的爱情。

他先让自己处于“快乐状态”，然后发现他拥有处于“快乐状态”所需的每样东西！

准确无误！就是预先确定你想要经验的东西。

“存在，还是不存在，这是个问题。”

是的。快乐是一种精神状态。和所有精神状态相同，它会以物质的形式自我繁殖。

你应该用磁铁在冰箱上贴着这句宣言：

“所有精神状态都是自我繁殖的。”

但你如何能够从一开始就处在快乐的“状态”，或者其他任何你想要得到的“状态”呢——假如你并不拥有你认为处在那种“状态”所需的东西的话？

在行动中表现出你已经处于那种状态啊，这样你就会将那种东西吸引到你身边。

你在行动中表现出什么样子，你就会成为什么样子。

换句话说，就是“先模仿，后得到”咯。

是的，差不多是这样的。只不过你的模仿不能虚伪。你的行动必须是真诚的。

无论你做什么事，要真诚地去做，否则你的行动就没有好处。

这倒并非因为我将不会“奖励你”。神既不奖励，也不惩罚，这你知道的。但依据自然法，身体、精神和灵魂要在思维、话语和行动中统一，创造的过程才能生效。

你无法愚弄你的精神。如果你是虚伪的，你的精神将会知道，那就完了。你的精神本来可以在创造的过程中帮助你，而这样的机会就被你白白浪费掉了。

当然，就算没有精神的参与，你也可以创造——不过要困难得多。你可以要求你的身体去做某件你的精神并不相信的事，如果你的身体做那件事的时间足够长久，你的精神将会抛弃它原先对那件事的看法，并创造出新的思维。每当你对事物有了新的思维，你就很有可能让它成为你的存在状态的永久部分，而非仅仅是某种你假装出来的东西。

这种做事的方法很困难，而且甚至当你这么做的时候，你的行动也必须是真诚的。虽然你可以操纵人们，但你无法操纵宇宙。

所以我们遇到了非常微妙的局面。身体要做某件精神并不相信的事情，然而身体的行动若要取得成效，精神必须添加真诚的要素。

既然精神并不“相信”身体所做的事情，它如何能够添加真诚呢？

只要消除获得个人利益的私心就可以。

此话怎讲？

精神也许无法真诚地认同身体的行动能带来你选择的东西，但它非常清楚地知道，神将会通过你把好东西带给其他人。

因此，无论你为自己选择的是什么，把它送出去。

我没听错吧？你能再说一遍吗？

当然。

无论你为自己选择的是什么，把它送出去。

如果你选择的是快乐，去促使别人快乐。

如果你选择的是发财，去促使别人发财。

如果你选择的是在你的生活中拥有更多的爱，去促使别人在他们的生活中拥有更多的爱。

真诚地去这么做——不是因为你追求个人的好处，而是因为你真的希望别人拥有这些东西——然后所有这些你送出去的东西都会来到你身边。

为什么会这样？这怎么可能？

你把某样东西送出去的行动促使你经验到你拥有它。因为你无法将某样你现在并不拥有的东西送给别人，于是你的精神得出了新的结论，对你产生了新的思维——具体来说，就是你肯定拥有这样东西，否则你不可能把它给出去。

然后这个新思维变成你的经验。你开始处于那种状态之中。一旦你开始处于某种状态，你就启动了宇宙间最强大的创造机器——你那神圣的自我。

你处在什么状态，就会创造什么东西。

这个过程完整之后，你将会在你的生活中创造出越来越多的那种东西。它将会在你的物质经验中出现。

这是生活最大的秘密。这是第一卷和第二卷要告诉你的道理。那

两本书里做出了详尽的解释。

在你把为自己选择的东西送给别人的时候，真诚为什么很重要呢？请你向我解释。

如果你把送给别人这种行为当作某种手段，某种计谋，用以将某样东西吸引到你身边，你的精神是明白的。你只是向它发出信号，说你并不拥有这样东西。由于宇宙无非是一台巨大的复印机，以物质的形式复制你的思维，所以那个信号将会变成你的经验。也就是说，你将会持续经验到“并不拥有它”——无论你怎么做都好！

此外，那些你试图把东西给他们的人，也将会经验到你其实并不拥有它。他们将会发现，你只是想要得到某样东西，你其实没有东西可以赠送，于是你的馈赠将会变成徒劳的姿态，所有人将会发现它其实是自私的举动。

你将要推开的，正是你渴望吸引的东西。

然而当你将某样东西送给别人是出自纯洁的心——因为你发现他们想要它，需要它，应该拥有它——那么你将会发现你拥有它，可以把它送出去。这是一个伟大的发现。

这是真的！确实是这样的！我记得从前有段时间我的生活不是很顺利，那天我抱着头，心里想：我没有多少钱，也没有多少食物，不知道下顿饭该去哪里吃，房租该怎么交。那天晚上我在公共汽车站遇到一对青年男女。我当时去车站取包裹，他们在长椅上相拥而坐，用外套裹着身体御寒。

看到他们，我心生怜悯。我想起从前的光景，当我们年轻时，也是这样游手好闲，到处晃悠。我走到他们面前，问他们是否愿意到我的地方去，在温暖的火堆旁边坐下来，喝点热巧克力，也许还可以把沙发床打开，好好地休息一晚。他们睁大眼睛看着我，就像圣诞节早晨的孩子。

于是，我们就到我家去了，我给他们做了顿饭。我们三个人已经

很久没吃过这么丰盛的饭啦。我家里向来有许多食物。冰箱是满的。我只要把我原来塞在里面的东西拿出来就可以。我煮了一锅大杂烩，而且味道非常好！我记得我当时心里想：这些食物都是从哪里来的呀？

第二天早上，我甚至请那两个孩子吃了早餐，送他们上路。把他们送到公共汽车站后，我从口袋里掏出一张二十美元的钞票，递给他们。“这也许能帮到你们，”我说，接着拥抱了他们，与他们道别。那一整天，不对，那整个星期，我觉得自己的处境没那么糟糕了。我从来没忘记那种经验，它让我的精神面貌和我对生活的理解发生了微妙的变化。

自那以后，我的处境逐渐改善。今天早上我看着镜子中的自己，发现了某件非常重要的事情：我照样活得好好的！

这是个美好的故事。你说得对。事情恰恰是这样的。所以当你想要某样东西时，把它送出去。然后你将不再“需要”它。你将立即经验到你“拥有”它。从那以后，剩下的就是程度问题啦。从心理层面而言，你将会发现，“增添”比无中生有容易得多。

我觉得你刚才说的话非常深奥。你能将这个道理和我先前的问题联系起来吗？它们之间有关系吗？

你知道的，我想说的是，你已经拥有那个问题的答案。现在你认为你并不拥有答案，你觉得你若拥有答案，便会拥有智慧。所以你来向我寻找智慧。然而我告诉你吧，只要处在智慧的状态中，你就会拥有它。

进入智慧状态的最快方法是什么呢？让别人处于智慧的状态中。

你想要选择这个问题的答案吗？把答案送给别人。

所以，现在我要问你这个问题。我会假装我“不知道”，然后你来给我答案。

假如爱意味着你想要别人获得他们想要的东西，那个将孩子从滚滚车流中拉出来的家长怎能算是真正爱其孩子呢？

我不知道呀。

我知道你不知道。但如果你认为你知道，那么你的答案将会是什么呢？

好吧，那我会说，家长确实想要孩子获得孩子想要的东西——也就是活着。我会说，孩子并不想死，只是不懂得在车流中乱走会导致死亡。所以冲出去把孩子抱起来的家长根本就没有剥夺孩子实现其意愿的机会——他无非是明白孩子真正的选择、最深的欲望而已。

这是个非常好的答案。

假如真是这样的话，那么你既然是神，应该阻止我们伤害我们自己啊，因为自我伤害不可能是我们最深的欲望。可是一直以来我们都在伤害自己，而你却坐视不理。

我向来明白你们最深的欲望，也把你们最想要的东西送给你们。

甚至是当你们做了某些会导致你们死亡的事情——如果那是你们最深的欲望，那就是你们所得到的：“死亡”的经验。

我从来不曾干预你们最深的欲望。

你的意思是说，如果我们做了自我伤害的事情，那恰恰是我们想要做的，对吗？那是我们最深的欲望吗？

你们无法“伤害”你们自己。你们是无法被伤害的。“伤害”是主观的反应，而非客观的现象。你们可以选择让某种境况或者现象“伤害”你们自己，但那完全是你们的决定。

结合这个真相来看的话，我对你的问题的回答是，没错——当你们“伤害”你们自己，那是因为你们想那么做。但我是在非常高级、深奥的层面上说这些话的，你的问题其实并不“来自”这个层面。

你想问的是，你们是不是故意选择了自我伤害；在这个层面上，我想说的是，不是的，假如你们做了某件伤害你们自己的事情，那并不是因为你们“想要”那么做。

由于在马路上晃荡而被车撞到的孩子并不“想要”（渴望、追求、有意识地选择）被车撞到。

那个不停地跟以各种形式包装起来的同类女人——这类女人跟他并不相配——结婚的男人并不“想要”（渴望、追求、有意识地选择）不停地创造糟糕的婚姻。

我们不能说被铁锤敲到拇指的人“想要”那种经验。那不是被渴望、被追求、被有意识地选择的经验。

然而所有客观现象都是被你们下意识地拉到你身边的，所有事件都是你无意识地创造出来的；你生活中的每个人、每个地方、每件事都是由你吸引到你身边的，或者说都是由你自己创造出来的，目的是为你提供恰到好处的条件和完美无缺的机会，让走在进化道路上的你能够经验到你希望接下来经验到的事情。

我告诉你吧，在你生活中发生的事情，无不是完美无瑕的机会，让你可以去治愈、创造或者经验某些你为了获得你的真实身份而希望治愈、创造或者经验的东西。

我的真实身份到底是什么呢？

就是你选择的身份。你希望成为神的哪个属性，哪个属性就是你的身份。那是随时变化的。实际上，它经常变化。然而如果你想要你的生活安定下来，不再将众多不同的经验带给你自己，那也有办法能够做到。只要不再经常改变你对你的身份、你想要获得的身份的想法就可以。

说说容易，做起来难啊！

在我看来，你们是在许多不同的层面上做出这些决定的。那个决

定要到马路上在滚滚车流中玩耍的孩子并没有做出去死的决定。她可能是在做其他许多种决定，但死并不在其中。她妈妈知道这一点。

这里的问题不在于孩子选择了死亡，而在于孩子做出的选择会导致许多结果，包括死亡。她并不清楚这个事实，她并不懂。这个事实对孩子来讲是缺失的资料——它使孩子无法做出清楚的、更好的选择。

所以你看到啦，你刚才的分析是很完美的。

作为神，我永远不会干预你们的选择——但我永远明白你们的选择是什么。

因此你们要这么想：如果有件事情发生在你们身上，它的发生是完美的——因为在神的世界中，没有什么是不完美的。

创造你的人生际遇（其中的人物、地点和事件）的，是完美本身的完美创造者：那就是你。还有我，在你之内、作为你、以及通过你而这么做。

喏，在这个共同创造的过程中，我们可以有意识或者无意识地合作。你可以有意识地生活，或者无意识地过日子。你可以梦游，也可以清醒地行走。

这由你来选择。

且慢。先回到有关在不同层面做决定那句话。你刚才说，如果我想要生活安定下来，我应该不再改变我对我的身份和我想要获得的身份的想法。后来我说那不是容易做到的事情，你又说我们所有人都在许多不同的层面上做出我们的选择。你能解释清楚吗？那意味着什么呢？有什么深意吗？

假如你所有的欲望，都是你的灵魂的欲望，那么每件事都会非常简单。假如你听从你的灵魂，你所有的决定都会很容易做出，而且所有的后果都会是欢乐的。这是因为……

……灵魂的选择永远是最高的选择。

它们不需要左思右想。它们不需要瞻前顾后。它们只需要你听从，将其付诸实践。

然而你不仅仅是灵魂。你是由身体、精神和灵魂组成的三相生灵。那既是你的光荣，亦是你的神奇。因为你经常同时在这三个层面做出决定和选择——而这些决定和选择又并非总是协调一致。

这种情况并不少见：你的身体想要某样东西，你的精神追求别的东西，而你的灵魂渴望第三样东西。对孩子来说，情况尤其如此。孩子通常尚未成熟，不懂得区分什么东西对身体来说是“好玩”的，什么东西对精神来说是有意义的——至于什么东西和灵魂产生共鸣，那就更别提啦。所以那孩子在马路上晃荡。

作为神，我清楚你所有的选择——哪怕是那些你下意识地做出的选择。我永远不会干预它们，事实与此正好相反。我的职责是确保把你的选择送给你。（实际上，它们是你送给你的自我的。我所做的，是建立一个让你能够这么做的系统。这个系统叫做创造的过程，第一卷已经做出详细的解释。）

当你那些选择发生冲突，当身体、精神和灵魂并没有协调行动，创造的过程会在所有层面生效，产生混合的结果。从另一方面而言，假如你的存在处于和谐状态，你那些选择是统一的，那么令人震惊的结果可能就会出现。

你们有句习语叫做“得心应手”，它可以用来描绘这种和谐的存在状态。

你们做出选择的这些层面又可以进行细分。对精神层面而言尤其如此。

精神至少可以细分为三个次级层面：逻辑、直觉和情感。你们的精神能够而且确实在其中一个——有时会在全部三个——次级层面上做出决定和选择，这可能会产生更多的内子冲突。

而这些层面中的情感层面，又可以再细分出五个层面。它们是五种自然情感：悲哀、愤怒、羡慕、怕、爱。

这些层面也各自包含着两个最终的层面：爱和怕。

上述五种自然情感均包含了爱和怕，然而爱和怕是所有情感的基础。其他三种自然情感是从这两种派生出来的。

所有思维归根到底都是由爱或者怕诱发的。这是伟大的两极分化。这是首要的二元对立。所有事物最终都可以归结为此两者之一。所有思维、观念、概念、理解、决定、选择和行动都基于此两者之一。

而到最终，这两者其实是一体。

那就是爱。

实际上，爱是宇宙间的一切。甚至怕也是从爱派生出来的，当你有效地使用它，它就会表达爱。

怕会表达爱？

就其最高形式而言，是的。万事万物均表达爱，只要表达处在其最高形式。

那个将孩子救出、使其免遭车祸的家长表达的是怕，还是爱？

我觉得两者皆有吧。怕是怕孩子死于非命，而爱则足以使其冒着生命的危险去救孩子。

正是如此。所以我们在这里可以看到，最高形式的怕变成了爱……就是爱……表达为怕。

其他自然情感的情况也是如此，悲哀、愤怒、羡慕均是某种形式的怕，而怕反过来又是某种形式的爱。

它们是相互关联的。你明白吗？

问题在于，这五种自然情感有时会遭到扭曲。它们会变得怪诞，根本看不出来是爱的派生物，更看不出来是神——也就是绝对的爱——的派生物。

我曾听说过这五种自然情感——从前我跟伊丽莎白·库伯勒-罗斯有交往。这是她教我的。

确实。正是我启发她去传授这种知识。

嗯，我明白啦。我做出的选择很大程度上取决于“我出发的地方”，而我“出发”的地方可能有好几层深。

是的，是这样的。

请告诉我关于这五种自然情感的一切，我想再听听，因为伊丽莎白教过我的，我差不多忘光啦。

悲哀是自然的情感。它让你能够在不想告别的时候说再见；让你能够在经验到损失的时候，无论损失的是爱人还是隐形眼镜，去表达——推出、驱逐——你内心的悲伤。

当你表达你的悲哀之后，你就摆脱了它。儿童若被允许在他们感到伤心时悲伤，那么等到长大成人，他们就会对悲伤有非常健康的感觉，因此往往能够非常快地从悲伤中走出来。

那些被告知“好啦，好啦，别哭”的儿童，在长大之后会欲哭无泪。毕竟他们终生受到的教育是不要哭。所以他们压制他们的悲哀。

遭到持续压制的悲哀变成慢性的抑郁，那是极其不自然的情感。

人们曾因慢性的抑郁而大开杀戒。战争曾因它而爆发，国家曾因它而衰亡。

愤怒是自然的情感。它是你拥有的工具，让你能够说“不啦，谢

谢你”。它跟暴虐没有必然的关系，也不一定会对他人造成伤害。

儿童若被允许表达他们的愤怒，他们将会在成年时对它拥有非常健康的态度，因此往往能够非常快地从愤怒中走出来。

有些儿童被告知，他们的愤怒是不好的，表达愤怒是错误的，实际上他们甚至不应该经验到愤怒。这些儿童在成年之后，将会无法妥善地处理他们的愤怒。

遭到持续压制的愤怒变成暴怒，那是极其不自然的情感。

人们曾因暴怒而大开杀戒。战争曾因它而爆发，国家曾因它而衰亡。

羡慕是自然的情感。这种情感让五岁的小孩希望他能够像他姐姐那样摸到门把手——或者骑自行车。羡慕是那种让你想要再来一次、更加努力、继续奋斗直到成功的自然情感。处于羡慕状态是非常健康、非常自然的。当儿童被允许表达他们的羡慕，他们长大之后就会对羡慕有着非常健康的态度，因此往往能够非常快地从羡慕中走出来。

有些儿童被告知，他们的羡慕是不好的，表达羡慕是错误的，实际上他们甚至不应该经验到羡慕。这些儿童在成年之后，将会无法妥善地处理他们的羡慕。

遭到持续压制的羡慕变成妒忌，那是极其不自然的情感。

人们曾因妒忌而大开杀戒。战争曾因它而爆发，国家曾因它而衰亡。

怕是自然的情感。所有婴儿与生俱来的怕只有两种：怕摔倒，怕吵闹。其他的怕均是习得的反应，是由其周围的环境带给儿童的，是由其家长教给儿童的。自然的怕功用是催生谨慎。谨慎是帮助身体活下去的工具。它是爱的派生物。对自我的爱。

有些儿童被告知，他们的怕是不好的，表达怕是错误的，实际上他们甚至不应该经验到怕。这些儿童在成年之后，将会无法妥善地处理他们的怕。

遭到持续压制的怕变成恐慌，那是极其不自然的情感。

人们曾因恐慌而大开杀戒。战争曾因它而爆发，国家曾因它而衰亡。

爱是自然的情感。假如儿童得到允许，能够正常而自然地、没有限制、条件或禁忌地、毫不尴尬地去表达和接受爱，那么爱将会别无所需。因为以这种方式得到表达和接受的爱所带来的欢乐，对爱本身来讲已经足够。然而爱若是遭到约束与限制，被规章制度、礼仪教条扭曲，或是被控制、操纵和保留，它就会变得不自然。

有些儿童被告知，他们那自然的爱是不好的，表达爱是错误的，实际上他们甚至不应该经验到爱。这些儿童在成年之后，将会无法妥善地处理他们的爱。

遭到持续压制的爱变成占有欲，那是极其不自然的情感。

人们曾因占有欲而大开杀戒。战争曾因它而爆发，国家曾因它而衰亡。

这些自然情感就是这样的，它们若是遭到压制，就会产生不自然的反应和回应。大多数人会压制他们的大部分自然情感。然而这些是你们的朋友。这些是你们的礼物。这些是你们的神圣工具，可以用来打造你们的经验。

你们生下来就得到这些工具。它们的功用是帮助你们顺利地生活。

为什么大多数人会压制这些情感呢？

因为有人教他们这么做。有人告诉他们这么做。

谁呀？

他们的父母。那些抚养他们的人。

为什么呢？他们为什么要这样做呢？

因为他们的父母教他们这么做，他们的父母告诉他们这么做。

是的，是的。但为什么呢？到底怎么回事？

问题就在于，你们让错误的人来做抚养孩子的事情。

你是什么意思？谁是“错误的人”？

母亲和父亲。

让母亲和父亲来抚养孩子是错误的？

如果父母很年轻，是的。在大多数情况下，是的。实际上，许多人居然做得还算不错，这简直算是奇迹啦。

没有人比年轻的父母更不适合抚养孩子。顺便说一声，没有人比年轻的父母更清楚这个道理。

大多数父母在挑起抚育子女的重任时，只有很少的生活经验。他们本身几乎尚未度过被抚育的阶段。他们仍在寻找答案，仍在寻找线索。

他们甚至尚未发现他们自己，就开始试图引导和养育比他们更幼稚的别人。他们甚至尚未定义他们自己，就匆忙想要定义别人。他们的父母错误地定义了他们，他们仍未摆脱其影响。

他们甚至尚未发现他们的身份，就试图要说出你的身份。他们受到极大的压力，亟欲把这件事情做好，可是他们本身的生活还没有过“好”呢。所以他们把整个事件搞砸了——搞砸了他们的生活，以及他们的孩子的生活。

如果他们走运的话，他们的孩子不会受到太大的伤害。子女将会消除这种伤害——但在此之前，他们很可能会将伤害传给他们的后代。

大多数人在他们抚育子女的阶段过去之后，才会获得成为好父母所需的智慧、耐心、理解和爱心。

为什么会这样呢？我无法理解。我知道你的说法大体上是正确的，但为什么会这样呢？

因为年轻的生育者不应该是抚育者。实际上，你们应该在现今的抚育期结束之后才开始抚育子女。

我还是有点迷惑。

从生理学的角度来讲，人类很早就有能力生育子女，虽然他们本身仍是儿童。大多数人要知道了也许会吃惊，人类的儿童期长达四十到五十年。

四五十岁的人“本身仍是儿童”？

从某个角度来讲，是的。我知道你很难相信这是真的，但不妨看看你周围的情况。也许你们人类的行为有助于证实我的观点。

问题在于，你们的社会认为，人到了二十一岁就“完全成熟”，做好了进入社会的准备。除此以外，你们之中有许多人的父母在开始抚育你们的时候，刚过二十一岁没几年。你大概能明白这里面的问题。

如果生育者要担任抚育者，那么你们生儿育女的年龄应该是五十岁！

生育子女应该是年轻人的事情，因为他们的身体最为健硕。抚育子女应该是老年人的事情，因为他们的精神最为健全。

而在你们的社会中，你们坚持让生育者负责抚育子女——结果呢，你们不但让为人父母的过程变得十分艰苦，还扭曲了许多围绕着

性行为的能量。

哦……你能解释吗？

能啊。

许多人已经观察到我在这里指出的现象。具体来说，就是许多人——也许是绝大多数人——在能够生育孩子的时候，并没有能力抚育孩子。然而，发现这个现象的人类提出的解决方案恰恰是错误的。

他们没有允许年轻人去享受性生活，并在它产生孩子的时候让老年人来承担抚养的重任，而是对年轻人说，假如尚未准备好为抚育子女负责，就不应该性交。你们为年轻人设定了规矩：在那个时间之前拥有性经验是“错”的，从而创造出性禁忌，可性交本来是人们生活中最为快乐的庆祝活动。

当然，后代对这种禁忌漠然视之——他们的理由很充分：遵守它完全是违背本性的。

人类若是接受到内在的信号，感到他们已经准备好，立刻就会渴望结合与交配。这是人类的本性。

然而他们以为他们的本性与作为父母的你们说过的话有关，而不是跟他们内在的感受有关。你们的孩子来找你们，希望你们告诉他们生活是什么。

所以当他们感受到第一阵冲动，想要彼此窥视、彼此天真地玩耍、探索彼此的“差异”时，他们将会看看你们对此有何表示。他们这部分本性是“好”的吗？是“坏”的吗？是得到批准的吗？是应该被抑制、保留的吗？是受谴责的吗？

就我观察到的情况，许多父母跟子女说起这部分人类本性时，他们的看法来自各种各样的东西：他们听说过的话，宗教讲过的道理，社会的舆论——什么都有，反正就是没有自然规律。

依照你们这个物种的自然规律，性意识在九岁到十四岁间萌芽。绝大多数人的性意识从十五岁开始就已经非常明显。于是一场拉锯战开始了：孩子拼命地想要完全释放他们自身那些欢乐的性能量，父母则拼命地想要压制它们。

在这场战争中，父母需要各种各样的帮助和盟友，因为正如上面已经指出的，他们反对子女做的事情，恰恰是子女的本性。

所以成年人发明了各种家庭的、文化的、宗教的、社会的、经济的压力和规章制度，以此来使他们对子女那种违反人性的要求显得合情合理。孩子因此不得不慢慢认可他们自身的性意识是有悖天性的。如果某件事情是合乎“天性”的，那么它怎么可能会如此可耻，怎么可能总是遭到禁止、受到控制、打压、约束、限制和否定呢？

嗯。我觉得你有点言过其实。你不觉得你说的有点夸张吗？

真的吗？孩子到了四五岁，他们的父母甚至不肯用正确的名称来称呼他们身体的某些部位，你认为这会产生什么影响？你们对这样的做法感到很满意，可是你认为你们的孩子会满意吗？

呃……

是啊，你确实应该哑口无言。

没有啦，就像我奶奶以前说的：“我们只是不想使用那些字眼。”反正“小鸡鸡”和“下体”听起来好很多。

那只是因为你们给这些身体部位的实际名称附加了许多负面色彩，所以在日常生活中你们几乎不使用它们。

当然，幼年时，孩子并不懂得父母有这种感觉的原因，但他们脑海中留下了这个印象，这个往往不可磨灭的印象：某些身体部位是“不好”的，任何与它们有关的事情都是令人尴尬的——甚至可能是“错”的。

随着孩子逐渐长大、进入青少年期，他们也许会意识到这其实不是真的。但到了这个时候，他们又被确凿无疑地告知，性交必然导致怀孕，他们自己生的孩子必须自己养，所以他们现在有新的理由来觉得性表达是“错”的——循环到此完成。

这种情况在你们的社会引起了混乱，以及不算小的灾难——逆天性而行的结果总是这样的。

你们已经创造出性尴尬、性压抑和性羞耻——这导致了性禁忌、性障碍和性暴力。

在你们的社会中，凡是令你们感到尴尬的东西，无不遭到禁止；凡是被你们压制的行为，无不导致你们相应的身体功能发生障碍；凡是别人让你们感到羞耻，而你们内心知道完全不应该感到羞耻的事情，无不令你们以暴力的行动表示反抗。

弗洛伊德说过，人类大部分愤怒跟性有关——人们不得不压制许多基本而自然的身体本能、兴趣和冲动，这在他们内心深处引起了愤怒。看来他的说法有点道理。

敢于提出这种理论的精神病学家远远不止一个。人们愤怒，是因为他们知道，他们不应该为某些带来如此良好感受的东西感到羞耻——可是他们依然感到羞耻，还有愧疚。

首先，人们发现许多被公认为非常“糟糕”的东西让他们感觉很好，于是他们便会生自我的气。

然后，当他们终于明白他们上了恶当——原来性生活是人类经验美妙的、正经的、光荣的组成部分，他们便会生别人的气：生父母的气，因为父母压制他们；生宗教的气，因为宗教羞辱他们；生异性的气，因为异性挑逗他们；生整个社会的气，因为社会控制他们。

最后，他们会生他们自己的气，因为他们竟然允许自己受到所有这些东西的束缚。

这种被压制的愤怒大部分被用于构造你们目前生活的社会中那些扭曲偏颇的道德价值观。你们的社会用碑石、塑像、纪念邮票、电影、图画和电视节目来讴歌和颂扬某些人世间最丑陋的暴力活动，但隐藏——甚至比隐藏更加糟糕，贬低——某些人世间最美丽的爱的活动。

所有这些——全部这些——无不来自这个观念：生孩子的人必须独自承担起抚养他们的孩子的责任。

但如果这些人无须为抚养他们的孩子负责，那谁来负责呢？

整个社会。尤其是老年人。

老年人？

在大多数发达族类和社会，老年人抚育后代，训练后代，将其族类的智慧、教诲和传统传授给后代。我们到后面将会谈起这些发达社会，到时我会再次谈到这个话题。

有些社会并不把年纪轻轻就生儿育女视为“错”事，因为同宗族的老年人会抚养他们，所以这些社会没有令人不堪重负的责任和压力——性压抑是前所未闻的，强奸、出轨和性功能障碍也是如此。

我们星球上有这样的社会吗？

有过，不过它们已经消失啦。你们曾费尽心血去消灭它们，同化它们，因为你们认为那种是野蛮社会。在你们所谓的非野蛮社会里，孩子（以及妻子、丈夫）被认为是财产，是私人物品，因此生育者必须是抚育者，因为他们必须照顾好“自己的东西”。

你们许多社会问题的根源是这种观念：配偶和子女是个人财产，他们是归你“所有”的。

下文将会研究和讨论高度进化生灵的生活，到时我们再来彻底地审视这个“所有制”问题。但现在只要略微进行思考就好。当人们的身

体做好生育儿女的准备时，他们的心智做好抚育儿女的准备了吗？

实际上，大多数人甚至到了三四十岁仍尚未有抚育子女的本事——也不应该预期他们有。他们的成年期还不够长，无法将深层的智慧传授给他们的孩子。

我听过这种说法。马克·吐温讲过类似的道理。据说他曾经写道：“十九岁时，我觉得我父亲什么都不懂。可是当我三十九岁时，老人家的智慧让我很吃惊。”

他说得非常好。年轻人的任务是收集真相，而非传授真相。你们如何能教给孩子你们尚未收集到的真相呢？

这当然是不可能的。所以你们只好告诉他们你们唯一知道的真相——别人的真相。你们的父亲、母亲、文化和宗教的真相。反正什么都有，就是没有你们自己的真相。你们仍在为之求索。

你们将会不停地寻找、实验、发现、不满、形成和改变你们的真相，你们关于你们自己的观念，直到你们在这个星球上生活了半个世纪左右。

然后呢，你们也许终于能够确定、弄清你们的真相。到时你们将会认可的最大真相可能是这样的：恒久不变的真相是不存在的，真相就像生活本身，它是不停地改变、成长和进化的东西，而且当你认为进化的过程已经停止，但它实际上并没有停止，而是刚刚真正地开始。

是的，我的情况就是这样。我五十来岁了，我已经明白这个道理。

很好。现在你是一个智者。你是老年人啦。现在你应该抚育孩子。或者更准确地说，在接下来十年里你应该抚育孩子。抚育孩子本来就是老年人的事情，也应该是老年人的事情。

因为老年人认识真相和生活，明白什么是重要的、什么是不重要

的，知道正直、诚实、忠诚、友谊和爱这些词语意味着什么。

我明白你说的道理。它很难接受，但我们有许多人确实尚未完成从“孩子”到“学生”的转变，就有了自己的孩子，并感到我们不得不教导他们。所以我们只好这么想：嗯，我来把父母教我的东西教给他们。

因而父亲的罪会落在儿子身上，甚至落在第七代的孙辈身上。

我们该怎么改变这种情况呢？怎样才能终结这个怪圈呢？

将抚育孩子的事情交给值得尊敬的老年人。父母可以随时去探望孩子，如果愿意的话，可以跟孩子共同生活，但别独自背负起照料和养育孩子的重任。孩子的生理、社会和灵性需求由整个社区来满足，而教育和价值观则由老年人来提供。

在这次对话的后面，我们将谈起宇宙间的这些其他文明社会，到时我们会看到某些新的生活模式。但这些模式在你们当前的生活结构中是无法起到作用的。

你这话是什么意思呢？

我的意思是，不但你们抚育子女的方法是无效的，你们的整个生活模式也是无效的。

我还是不明白，你到底想说什么呢？

你们彼此远离。你们拆散了家庭，为了追求城市的规模而解散较小的共同体。大城市诚然有更多的人，但各种“部落”、集体或者宗族——它们的成员将对整体负责视为个人责任——变得更少了。所以你们实际上是没有老年人的。无论在什么情况下，你们身边都没有老年人。

比远离你们的老年人更加糟糕的是，你们将他们拒之千里之外。让他们处于边缘地位。剥夺他们的权力。甚至仇恨他们。

是的，美国社会上有些成员甚至仇视老人，宣称他们是社会的寄生虫，想要得到许多好处，年轻人不得不将越来越多的收入奉献出来，才能满足老人的要求。

确实如此。现在有些社会学家预言未来会发生一场代际战争，年轻人将会责怪老年人索取的越来越多，而贡献的越来越少。由于在“婴儿潮”出生的人正在进入老年期，加上人们的寿命普遍变长了，所以现在老年美国公民越来越多。

然而假如你们的老年人没有贡献，那是因为你们不让他们去做贡献。正当他们真正能够为企业出力，你们就要求他们退休；正当他们能够把事情办好，正当他们的生命进入最活跃、最有意义的阶段，你们就要求他们退休。

不仅是在抚育子女方面，在政治、经济领域，甚至在老年人多少有点地位的宗教领域，美国已经变成一个崇尚年轻、贬低年老的社会。

美国也已经变成单数社会，而非复数社会。那就是说，这个社会是由个体而非集体组成的。

由于你们将社会个体化和年轻化，你们失去了它的大部分财富和资源。现在你们的社会缺少集体和老年人，所以有太多的人生活在情感的穷困和心理的贫瘠之中。

我又想问你啦，有办法终结这个怪圈吗？

首先，认识并承认这种情况是真实的。现在许多人予以否认。许多人自欺欺人地认为这个事实并非事实。你们是在对自己说谎，你们不想听到真相，更不想说出真相。

后面我们将谈到高度进化生灵的文明，到时会提及这个问题，因为这种否认，这种拒绝观察和承认现实的做法，并不能算是无关紧要的东西。如果你们真的要改变现状，我希望你们会允许自己来聆听我说的话。

是时候坦诚地、直白地说出真相啦。你准备好了吗？

准备好啦。所以我才来找你啊。所以我们的对话才会开始。

真相往往令人不舒服。它只会让那些不想忽略它的人感到舒服。然后呢，真相不但会令人舒服，它还会让人感到豁然贯通。

这三次对话一直让我感到豁然贯通。请继续说下去。

现在我们有理由感到高兴和乐观。我发现情况开始有所变化。我发现你们人类近些年比以前更加重视创造共同体和建设扩展家庭。你们也越来越尊重老年人，让他们的生活变得更有意义和有价值。这是朝着非常有用的方向迈出的大步。

所以情况正在“转变”。你们的文化似乎踏出了那一步。它正在前进。

你们无法当天就完成这些改变。例如，你们无法一蹴而就地改变整个社会习以为常的抚育方式。然而你们可以一步一步地改变未来。

阅读这本书就是其中的一步。这次对话将会反复提起我们先前讲过的许多重要道理。这种重复将不会是偶然。它是为了强调。

现在，你问我如何建设你们的明天。让我们先来看看你们的昨天。

# Chapter 02

过去和未来有什么关系呢？

若是认识过去，你就能更好地知道未来所有可能发生的情况。你来问我，如何让你的生活变得更加美好。了解你如何落到今天这种境地，对你来说是有用的。

我要跟你谈起权力和力量——以及这两者的区别。我会和你聊聊你们杜撰的撒旦这个形象，你们为何与如何杜撰它，还有你们如何确定你们的神是“他”，而不是“她”。

我将要跟你讲述的是我的真实身份，而非你们在神话学中为我构造的身份。我会向你描述我的存在，你听完之后将会高兴地废除神话学，代之以宇宙学——那种真正的宇宙学是关于宇宙、关于它和我的关系的。我会让你认识生活，它的运作方式，以及它的运作方式为什么会有效。本章涉及的是所有这些内容。

了解这些内容之后，你就可以决定你想要抛弃哪些人类创造出来的东西。因为这第三次对话，这第三卷，谈论的是如何建设新的世界、创造新的实在。

我的孩子们，你们在你们自己打造的监牢中生活得太久啦。是时候释放你们自己了。

你们囚禁了五种自然情感，压制它们，将它们变成非常不自然的情感，那给你们的世界带来了不幸、死亡和毁灭。

这个星球数百年来的行为模式是这样的：别“放纵”你们的情感。假如你们感到悲哀，要征服它；假如你们感到愤怒，要平息它；假如你们感到羡慕，要为之而羞愧；假如你们感到害怕，要超越它；假如你们感到爱，要控制它、限制它、忍住它、逃离它——反正你们要想尽办法，千万别在此时此地完整地表达它。

是时候释放你们自己啦。

实际上，你们囚禁你们的神圣自我。是时候释放你们的自我啦。

说到这里我开始有点兴奋啦。我们该如何开始呢？我们从哪里着手呢？

为了简单地阐明情况何以如此，我们先回到你们的社会重组其自身的历史时刻。当时男人取得了统治地位，然后决定展现感情——在某些情况下，甚至是拥有感情——是不合适的。

你说“社会重组其自身的历史时刻”是什么意思呢？我们谈论的到底是什么？

在人类历史的早期，这个星球上的人类社会是母系社会。然后情况发生变化，冒出了父系社会。完成这次转变之后，你们便不再表达情感。你们认为这么做是“软弱”的表现。也正是在这个时期，男人发明了魔鬼，以及阳性的神。

魔鬼是男人发明的？

是啊。撒旦本质上是男性的杜撰。虽然最终女性也随波逐流了，但这种对情感的背离，这种对“魔鬼”的杜撰，纯粹是男性对母系统治的反叛。在母系社会时期，女性依据她们的情感统治一切。她们占据所有的政府官职、所有的宗教权位，以及商业、科学、学府、医疗领域的所有重要位置。

男人有什么权力呢？

什么都没有。男人必须证明自己有存在的价值，因为除了有使女性的卵子受精和搬动重物的能力，他们几乎没有别的用武之地。他们非常像工蚁和工蜂。他们从事粗重的苦力活，确保孩子被生出来和得到保护。

男人花了几百年才为他们自己在社会中找到和创造较高的地位。

然后再过几个世纪，男人才有资格参与宗族的事务，才能够在集体做出决定时发言或者投票。女人并不认为男性的聪明才智足以理解这类事情。

老兄，居然有社会取消某个性别的所有人的投票权，这真是难以相信啊。

我喜欢你这句话的幽默感。真的喜欢。

要我继续说下去吗？

请继续啊。

终于获得这种投票权之后又过了数个世纪，男人才有机会成为宗族的领袖。社会上其他有影响、有实权的职位依然排斥他们。

等到男人终于获得了社会的权威地位，等到他们终于摆脱了先前的卑微，再也不被当成生孩子的机器和孔武有力的奴隶，他们并没有反过来压迫女人，而是无视性别差异，一视同仁地赋予女人以尊敬、权力和影响力。这是值得赞赏的。

你又来调侃啦。

对不起哦。莫非我把其他星球的事情说成是地球的了？

我们还是闲话少说吧。但是谈论“魔鬼”的发明之前，我们先来讲讲权力。因为撒旦的发明当然是跟权力有密切关系的。

你准备说当今社会男人拥有所有权力，对吧？让我跳到你的前头，告诉你在我看来这种情况为什么会出现。

你刚才说在母系社会时期，男人就像伺候蜂后的工蜂。你说他们从事艰苦的体力劳动，确保孩子被生出来和得到保护。我想说的是：“现在有什么两样吗？他们现在也做这些事情啊！”我敢断言许多男人很可能会说，情况并没有多大改变——只不过男人收取了费用，以维持他们那种“吃力不讨好”的角色。他们确实拥有了更多的权力。

实际上是绝大部分权力。

好吧，就算是绝大部分权力。但我发现有个悖谬的现象：男女双方都认为己方做的是吃力不讨好的事情，而对方做的事情轻松又好玩。男人憎恨试图索回某些权力的女人，因为男人说，假如他们将来依然像现在这样为社会做贡献，却缺乏做贡献所需的权力，那么他们的下场将会很悲惨。

女人憎恨抓住所有权力的男人，因为女人说，假如她们将来依然像现在这样为社会做贡献，却依然毫无权力，那么她们的下场将会很悲惨。

你的分析是正确的。假如男女双方无法从这种自作自受的痛苦的怪圈中走出来，反复地犯下他们自己的错误，那么他们的下场确实会很悲惨。除非有某一方开始明白，人在生活中要获取的不是权力，而是力量。除非双方开始明白，人在生活中要追求的不是分离，而是合一。因为正是在合一中，内在的力量才会存在；而在分离中，它将会消失，让人感到脆弱和无力——从而拼命想要获得权力。

我告诉你吧：弥补你们之间的沟壑，终结分离的幻象，你们便将回到内在力量的源泉。正是在这个地方，你们才能找到真正的能力。做任何事情的能力。成为任何人的能力。拥有任何东西的能力。因为创造的能力来自内在的力量，而内在的力量是通过合一而产生的。

这适用于你们和你们的神之间的关系——更适用于你们和你们的同胞之间的关系。

只要别再认为你们自己是分离的，所有来自合一的内在力量的真正能力都是你们的，都可供你们随意使用。无论你们是作为整个世界，还是作为整个世界中的个体，情况均是如此。

然而请记住这个道理：

能力来自内在的力量。内在的力量并不源于不受约束的权力。世界上绝大多数人把这个道理弄反了。

没有内在力量的权力是幻象。没有合一的内在力量是谎言。谎言对人类没有好处，但它已经将其自身深深地嵌入在你们人类的意识中。因为你们以为内在的力量来自独立和分离，这完全不是事实。与神分离、彼此分离是造成你们的混乱和苦难的因由。尽管如此，分离继续伪装成力量，而你们的政治、经济，甚至宗教，都在维护这个谎言。

这个谎言引发了所有的战争和所有导致战争的阶级斗争，以及所有种族和性别之间的敌意、所有催生敌意的权力斗争、所有个人的困境与苦楚、所有导致苦楚的内心斗争。

尽管如此，你们仍死抱着这个谎言不放，全然不顾它把你们引向何方——哪怕它会将你们引到你们自己的毁灭。

现在我告诉你们吧：认识真相，真相必将使你们自由。

分离是不存在的。人不与人分离，不与神分离，也不与世间的万事万物分离。

我将会在这本书中不断地重申这个真相。我将会反复地说出这句实话。

只要在行动中表现出你们并不与其他人和事物分离，你们明天就能治好这个世界。

这是自古至今最大的秘密。这是人类数千年来寻找的答案。这是人类找到的对策，这是人类期盼的天启。

只要在行动中表现出你们不与任何事物分离，你们就能治好这个世界。

要明白的是，只有用权力来帮助别人，而非压制别人，才能做到这一点。

谢谢你。我懂啦。让我们回到原来的话题，起初女性用权力压制

男性，现在情况则是反过来了。男性发明魔鬼，目的在于将这种权力从部落或者宗族的女性领导者手中夺走？

是的。他们利用了恐惧，因为恐惧是他们仅有的工具。

这种情况也没多少改变。今天的男性依然这么做。有时候男性甚至在使用利用之前，会先使用恐惧。尤其是较为强大的男性，或者较为强大的国家。有时候那似乎是男性管用的做法，是他们与生俱来的本性。强壮就是正确。权力就是力量。

是的。自从母系社会被颠覆以来一直是这样。

怎么会这样呢？

我们在此简要地回顾历史，目的正在于解答这个问题。

那好，请继续。

男人要在母系社会时期获得控制权，他们必须做的并非说服女人认为男人在生活中应该拥有更多权力，而是说服其他男人相信这一点。

毕竟当时的生活也算是风平浪静，男人只要做些粗活体现自身的价值，然后就能和女人做爱，这种日子已经算不错啦。所以那些没有权力的男人很难说服其他没有权力的男人去追求权力。直到他们发现了恐惧。

恐惧是女人没有料到的东西。

这种恐惧是怀疑的种子生长而成的，而播种的则是男性中最不讨人喜欢的成员。这些通常是最不“可爱”的男人，是最不健壮、最不受待见的——因而女人对他们的关注也是最少的。

正因为这样，我敢说他们的抱怨会被贬低为性挫折引起的、愤怒的胡言乱语。

确实如此。这些不讨人喜欢的男人只好动用他们仅有的工具。所以他们努力将怀疑的种子培养成恐惧。假如女人是不对的，该怎么办呢？他们问。假如她们管理世界的方式不是最好的，那怎么说？假如女性当权实际上会导致整个社会——无论男女——灭亡，那又如何？

这是许多男人难以想象的。毕竟，女人直接继承了女神的血统，难道不是吗？难道她们的身体不正是和女神相同吗？难道女神是不好的吗？

当时这种教诲十分强大，是非常主流的观点，母系社会的人们都崇拜女神，认为女神的善是无穷无尽的，所以男人不得不发明魔鬼撒旦，用来打消人们的想象。

他们是怎么说服大家相信真的有魔鬼这种东西呢？

他们社会上所有人都知道“烂苹果”理论。连女人也切身地体会到，不管她们怎么教育，有些孩子就是会变“坏”。尤其是男孩子，就是不听管教，这是每个人都知道的道理。

所以有个神话产生了。

神话是这样的：从前啊，万物之母，也就是诸女神的女神，生下了某个不好的孩子。无论母亲怎么努力，这孩子就是不学好。到最后，他居然跟他的母亲争夺权位。

这太过分啦，哪怕他的母亲十分慈爱和宽厚。于是男孩被永远地放逐——但他继续以各种聪明的伪饰和装扮出现，有时甚至假装成万物之母本身。

有这个神话做铺垫，男人不禁问：“我们怎么知道我们崇拜的女神是女神呢？也可能是那个坏孩子啊，他现在长大了，想要愚弄我们。”

通过这道诡计，男人促使其他男人感到忧虑，然后为女人不肯认真对待他们的忧虑感到愤怒，然后就揭竿而起啦。

你们现在所谓的撒旦就是这样被创造出来的。创造某个关于“坏孩子”的神话并不难，甚至说服同宗族的女人相信这种家伙存在也不难。让每个人认为那坏孩子是男的更不难。难道男性不是较为低级的性别吗？

这道诡计被用于创造一个神学问题。假设“坏孩子”是男的，假设“魔鬼”是雄性的，那么谁能够压制他呢？女神当然不行。因为啊，那些男人巧妙地说，若是说到智慧和远见，思维清晰和仁厚慈悲，运筹帷幄和深思熟虑，没有人会怀疑女人的优越性。可是说到蛮力，难道不需要男人吗？

在从前的女神神话中，男人只是内助而已——他们是女人的伴侣，从事仆役的工作，满足她们的性欲望，让她们能够感受到女神的伟大和美妙之处。

但现在女人需要男人做更多的事情，她们还需要男人能够保护女神，击败敌人。这种改变并不是在一夜之间完成的，而是经历了许多年。渐渐地，非常缓慢地，各个母系社会开始认为男人不仅是女人的内助，也是神话传说中的守护者，因为现在女神有了敌人，这样的守护者显然是必需的。

男人从女人的保护者到平起平坐的伙伴，就算不上什么大转变啦。男性的神被创造出来，而且在某段时间之内，神话里的男神和女神共同拥有统治权。

然后呢，又是逐渐地，男神被赋予了更重要的角色。男神不但提供保护和力量，也开始提供智慧和爱。有种新的爱在这些神话中诞生。这是用暴力去保护的爱。但它也是觊觎其保护对象的爱，因诸女神而妒忌的爱。男人如今不再以满足女人的性欲为己任，而是为了争夺女人展开殊死的搏斗。

各种神话中开始出现这样的男神：他们拥有无边的法力，为美丽得难以言喻的女神而争吵、战斗。于是诞生了嫉妒的男神。

你说的真有趣。

别插话。我快讲完了，只剩下一点点啦。

不久之后，令男神为之嫉妒的，就不仅是女神，而是扩展到万事万物。我们最好只爱他，这些嫉妒的男神宣称，别爱其他神——否则，哼哼！

由于两性中男性最有力量，而男性中又是男神最有力量，所以这种新的神话几乎是不容置疑的。

各种关于胆敢提出质疑的人的故事开始流传，那些故事说质疑的人最终都失败了。于是诞生了狂暴的男神。

很快，人们原本关于神的观念遭到颠覆。神不再是所有爱的根源，它变成了所有怕的根源。

原来的女神是慈爱的，她就像以无尽的宽容宠爱孩子的母亲，甚至像热爱虽然不太出色但毕竟有点用的丈夫的妻子。但取而代之的男神却是嫉妒的、暴躁易怒的，他不但严厉，而且睚眦必报，绝不容忍任何干预，绝不允许任何怠慢，绝不宽恕任何冒犯。

原来的女神是欢乐的，面带笑容的，她经验着无尽的爱，温柔地顺从各种自然规律；取而代之的男神则是阴郁的，道貌岸然的，他宣称他的法力超乎自然规律，而且永远对爱加以限制。

这就是你们今天崇拜的男神，这就是你们落到今天这种境地的过程。

这真是太让人吃惊啦。既有趣，又让人吃惊。但你跟我说这些有什么意义呢？

意义在于，我要让你们明白这一切是你们杜撰出来的。“强壮就是正确”、“权力就是力量”这种观念诞生于男性创造的宗教神话中。

那个狂暴的、嫉妒的、愤怒的神是你们想象出来的。然而，由于

你们想象的时间过长，它变成真实的。时至今日，你们仍有人认为神真的是这样。但这种想法和终极实在毫无关系，跟这里正在发生的事情也毫无关系。

那是什么呢？

这里正在发生的事情是，你的灵魂渴望得到它所能想象的对其自身的最高经验。它来到人世，是为了这个目标——在其经验中实现其自身（也就是说，让其自身变得真实）。

然后它发现了肉体的快感，不仅是性的快感，而是各种各样的快感。由于沉溺在这些快感之中，它逐渐忘记了各种灵性的欢愉。

这些也是快感，远比身体带给你的快感更加美妙。但灵魂已经忘却。

好吧，看来现在我们谈论的不是历史，而是回到某个你原先在这次对话中提及的话题。你能再次讲讲你的看法吗？

其实我们在谈的还是历史。我们什么都谈的。至于那个话题，你知道它其实很简单的。你的灵魂的目标——它进入身体的理由——是成为和表达你的真实身份。灵魂渴望做这个，渴望认识它自己和它自己的经验。

这种认识的渴望就是生命，想要存在的生命。这就是神，想要表达其自身的神。你们历史上的神并不是真正的神。这就是意义所在。你们的灵魂是我用来表达和经验自我的工具。

那你的经验岂不是会受到很大的限制？

确实会，也可能不会。这要看你们啦。这取决于你们选择在哪个层次对我进行表达和经验。曾经有些人选择了非常高尚的表达。对我进行最高尚表达的，则莫过于耶稣基督——不过呢，也有其他人曾达到和他相同的高度。

难道基督不是最高尚的楷模吗？难道他不是神的化身吗？

基督诚然是最高的楷模。可是他并非唯一达到那个最高境界的楷模。基督诚然是神的化身。可是他并非神唯一的化身。

每个人都是“神的化身”。你就是我，表达为你目前这个形式的我。然而别担心我会受到限制，别担心那会让我变得十分局限。因为我是无限的，永远不会受到限制。你认为你是我唯一选择的形式吗？你认为我只在人类这种造物中灌注了我的本质吗？

我告诉你吧，每朵花儿，每道彩虹，天空中的每颗恒星，围绕每颗恒星旋转的每颗行星之上和之中的万事万物，都有我的存在。

我是和风的低语，是阳光的温暖，是每片雪花那超乎意料的独特和异乎寻常的完美。我是苍鹰翱翔长空的雄姿，是雌鹿漫步原野的纯真；我是狮子的勇气，是古人的智慧。

我并不局限于你们的星球上可见的表达模式。你们并不知道我的身份，但却以为你们知道。然而别认为我的身份局限于你们，或者我的神圣本质——这最高洁的圣灵——是只赋予你们的。那是傲慢的想法，也是谬误的想法。

我存在于万事万物。所有事物。一切事物皆是我的表达。全部事物皆是我的本质。宇宙间没有非我的东西，也没有我不能成为的东西。

你们是我深爱的造物，我创造你们，是为了能够经验到我本身是自己的经验的创造者。

估计有些人听不懂。请向我们大家解释吧。

我本身是造物主，这是神的属性，但只有某类非常特别的造物拥有这项属性，只有这类造物才有创造能力。

我既非你们神话中的男神，亦非女神。我是造物主，是创造者。

然而我选择通过我自己的经验来认识我自己。

通过雪花，我认识到我的设计的完美；通过玫瑰，我认识到我那非凡的美丽；同样地，通过你们，我认识到我的创造力。

我赋予你们有意识地创造你们的经验的能力，这是我拥有的能力。

通过你们，我能认识到我的每个属性。雪花的完美，玫瑰非凡的美丽，狮子的勇气，苍鹰的雄姿，所有这些属性你们都有。我在你们体内灌输了这些东西——还有另外一样：对这些有所察觉的意识。

因而你们具有自我意识。因为你们获得了最佳的礼物，因为你们能够意识到你们自己就是你们自己——这正好和我的情况相同。

我是我自己，同时意识到我自己就是我自己。

这是“我就是我”这句宣言的含义。

你们是我那被经验到的、有意识的组成部分。

你们经验到的（我通过你们经验到的）就是我，同时创造着我。

我处在不断地创造自我的过程中。

难道说神是不固定的吗？难道说你并不知道下一刻你会变成什么样吗？

我怎么可能知道？你都还没决定！

我不懂。这是由我决定的吗？

是的。你是正在选择成为我的我。

你是我，选择着我现在的身份，也选择着我将来的身份。

你们全部人集体地创造着我的身份。你们从个体的层面上这么

做，每个人决定你们的身份，并去经验它；你们也集体地这么做，共同创造着你们的集体身份。

我是你们许许多多人的集体经验。

你真的不知道下一刻你会变成什么样吗？

刚才跟你开玩笑的啦。我当然知道。我已经知道你们所有的决定，所以我知道我现在的身份，也知道我从前和未来的身份。

你怎么可能知道我接下来要选择哪种身份、做哪件事、拥有哪些东西呢？你怎么知道整个人类将要选择什么呢？

很简单啊。你已经完成了选择。凡是你正在选择的，无论是选择成为哪种人，做哪件事，还是拥有哪些东西，你的选择已经完成。你就在此刻选择和完成！

难道你不明白吗？时间这种东西是不存在的。

这个话题我们以前也讨论过。

它值得再讨论一次。

是的。跟我说说这里面的原理。

过去、现在、将来是你们构造的概念，是你们发明的领域，这样你们才能创造出一个背景，以便安放现在的经验。否则的话，你们（我们）所有的经验将会重叠。

它们其实是重叠的（也就是说，同“时”发生的），只是你们不知道而已。你们让自己处在一个知觉的壳中，这个壳将绝对的实在隔离在外。

我曾在第二卷做出详细的解释。重新阅读那本书也许对你会有帮助，那样你就能更好地理解我在这里说的话。

我在这里要指出的是，所有事情是同时发生的。所有事情。所以，是的，我知道我“将来”、“现在”和“过去”的身份。我向来知道。也就是说，我全都知道。

所以你明白的，你们无法让我感到吃惊。

你们的故事——这整出俗世的戏剧——被创造出来，是为了让你们能够通过你们自己的经验认识你们的身份。这出戏剧被设计出来，也是为了帮助你们忘记你们的身份，以便你们能够再次忆起你们的身份，并去创造它。

因为如果我已经经验到我的身份，就无法创造我的身份。如果我的身高已经是六英尺，我就无法给自己创造出六英尺的身高。我必须矮于六英尺——或者至少认为我矮于六英尺。

正是如此。你完美地理解了这个问题。由于灵魂最大的欲望是经验到其作为造物主的身份，也由于所有事物都已被创造出来，所以我们别无其他选择，只能设法忘记我们所有的造物。

我们居然能找到办法，我还挺吃惊的。试图“忘记”我们是一体，忘记我们组成的一体就是神，那肯定是很难的。我们怎会如此着魔呢？

嗯，你刚刚触及的是物质生活之所以存在的秘密理由。使你们着魔的正是物质世界中的生活——这也在情理之中，因为它毕竟是一段非凡的冒险！

我们用来促使我们忘记的工具是某些人所说的快乐原则。

从本质上来讲，最高级的快乐会促使你们在此时此地去创造你们的真实身份，并反复在更高更美好的层次上重新创造出你们的身份。这就是神最高级的快乐。

低级的快乐则会导致你们忘记你们的真实身份。别指责低级的快乐，因为若是缺少它，你们就无法经验到高级的。

你的意思好像是这样的：身体的快乐先是导致我们忘记我们的身份，然后又变成我们忆起我们的身份的通道！

是这样的。你说得很准确。要成功地利用身体快乐这种通道来忆起你们的身份，你们必须提升身体内部的生命能量。

你们有时候称这种能量为“性能量”，它会沿着你们体内的命柱上升，直到你们称为“天眼”的部位。这个部位就在额头后面，位于两眼之间，但稍微比两眼高。当你们提升这种能量，它就会在你们体内圆转循环。那就像内在的性高潮。

怎样才能做到呢？你是怎么做的呢？

你可以“冥想”。不是开玩笑，真的是这样。你可以“冥想”出你们称为“脉轮”的内在通道。一旦生命的能量反复得到提升，人们就会想要尝到这种经验的滋味，就像人们渴望性经验那样。

能量得到提升的经验是非常圣洁的。它很快变成最诱人的经验。然而你们永远不会彻底地丧失对能量下降——亦即对各种基本的情欲——的渴望，也不应该有这样的尝试。因为在你们的经验中，若是没有低，高便不能存在，这个道理我已经向你讲过许多次。到了高处之后，你们必须回到低处，这样才能再次经验升到高处的快乐。

这是所有生命的神圣律动。你们不但通过移动你们身体之内的能量来实现生命的律动。你们也通过移动神的身体之内那种更强的能量来实现它。

你们寄生在低级的肉身之中，然后进化到高级的意识状态。你们无非是提升了神的身体之内的能量。你们就是那种能量。当你们达到最高的状态，你们就会完整地经验到它，然后确定接下来你们想要经验的是什么，要去到相对领域中的哪个地方才能经验到它。

你们也许希望再次经验到你们作为凡人的身份（这确实是一种非凡的经验），所以你们也许会在宇宙之轮上从头来过。

这跟“轮回”相同吗？

不同的。“轮回”这种东西是子虚乌有的。不是你们想象的那样。许多人以为你们处在一个令人劳心费力、筋疲力尽的轮子之上。你们在其上努力地为过往的行动还债，同时提心吊胆地避免欠下新的债务。这就是你们有些人所说的“轮回”。这跟西方的神学大同小异，因为在这两种理论中，你们都被视为卑劣的罪人，来到人世只求变得纯洁，以便升入下个灵性层次。

我在这里讲述的经验则与轮回不同，我称之为宇宙之轮，因为它毫不涉及卑劣、偿债、惩罚或者“净化”。宇宙之轮这种说法只是如实地展现终极实在，相当于你们所说的宇宙学。

它是生命的循环，我有时也称之为大过程。它是个形象的词汇，描绘着事物没有起点也没有终点的本质，以及万事万物之间往复相连的通路——灵魂欢乐地经过这些通路前往永恒。

它是生命的神圣律动，你们通过借由它移动神的能量。

哇，以前没有人用这么简单的言语向我解释过呢！我以为我永远搞不清楚这个问题。

嗯，你把自己带到这里来，就是为了弄清楚。那是这次对话的目标。所以我很高兴你已经达到这个目标。

实际上，在宇宙之轮上，没有“较低”或者“较高”的地方。那怎么可能呢？它可是轮子啊，又不是梯子。

你说得太好啦。这个比喻很棒，你的理解也很棒。因此，别指责那些你们所谓的低级的、基本的、动物的人类本能，而是要去祝福它们，尊重它们，因为只有通过它们，你们才能找到回家的路。

这会让许多人摆脱许多有关性爱的愧疚感。

所以我以前说过，去跟性爱玩吧，去跟生活中的一切玩耍吧！

去混合你们所谓的神圣和亵渎，因为在你们视祭坛为恋爱的终极场所、视卧室为崇拜的终极场所之前，你们根本什么道理都不懂。

你认为“性爱”和神是绝缘的吗？我告诉你吧：我每天晚上都在你们的卧室里！

所以，去吧！去混合你们所谓的高尚和低俗——这样你们才能明白两者其实没有差异，并切身地拥有万物归一的经验。然后你们若是继续进化，你们将会发现，你们自己并没有舍弃性爱，而是在更高的层次上享受它。因为生命就是性爱——就是那种神人合一的能量交换。

如果你们明白这个关于性爱的道理，你们将会明白有关生命的一切。甚至包括生命的终结——也就是你们所谓的“死亡”。在死亡的时刻，你们将会发现，你们并非舍弃了生命，而是在更高的层次上享受它。

当你们终于明白，神的世界并无分别，也就是说，并没有非神的东西，你们终将能够抛开撒旦这个你们杜撰出来的角色。

假如撒旦存在，他只存在于你们认为你们和我分离的每个观念。你们无法与我分离，因为我就是太极。

男人发明魔鬼，是为了恫吓人们听从他们的操控，威胁人们说，如果不听操纵就会与神分离。遭到神的谴责，被抛进永恒的地狱之火，是他们终极的杀手锏。然而现在你们再也不用害怕。因为没有什么能够和将会使你们与我分离。

你们与我是一体。假如我就是我，我就是太极，我们就无法不是一体。

那么我为何会谴责自己呢？我如何能够做到呢？倘若我自己是太极，宇宙间并无别的东西存在，我如何能够将我自己和我自己分开呢？

我的目标是进化，不是谴责；是成长，不是死亡；是经验，不是无从经验。我的目标是存在，而非不再存在。

我没有办法让我自己和你们——或者其他任何东西——分开。“地狱”无非是不明白这个道理。“获救”是完整的认识和理解这个道理。现在你们得救啦。你们再也无须担心“死后”会遇到什么事情。

# Chapter 03

我们能稍微谈谈这个死亡的话题吗？你说过这第三卷将会涉及更高的真相，宇宙的真相。嗯，我们虽然聊过许多事情，但关于死亡，以及死后的事情，还没有谈到太多。我们现在来谈谈这个吧。我们来讲讲死亡吧。

好啊。你想知道什么呢？

人死后会发生什么事情呢？

你选择让什么事情发生呢？

你是说我们选择什么，就会发生什么吗？

你认为你们死后就不再创造了吗？

我不知道啊。所以我才问你。

好吧。（其实你是知道答案的，但我明白你已经忘记——这很好。这也在计划之内。）

当你死亡之后，你不会停止创造。这对你来说够清楚吗？

够呀。

很好。

你死后不会停止创造的原因是，你永远不会死。你无法死。因为你就是生命本身。生命不可能不是生命。因此你无法死亡。

所以，在你死亡的刹那间发生的事情是……你继续活着。

由于这个原因，许多曾经“死去”的人并不相信死亡——因为他们并没有经验到死。与此相反，他们觉得（因为他们确实是）生机勃

勃。所以他们感到糊涂。

自我可能会看到身体躺在某个地方，蜷缩着，纹丝不动，然而自我突然在上方四处移动。它通常会拥有在房间里飞翔的经验，然后会经验到它同时处于那空间的每个地方。当它渴望占据某个观察点时，它会突然间发现自身已经占据了那个点。

假如灵魂（它就是自我现在的名字）感到奇怪：“咦，我的身体为什么不动？”它将会发现它自身就在身体上方回旋，好奇地观察着静止的身体。

假如有人走进房间，灵魂想：“这人是谁呀？”——这时灵魂就会立刻来到这个人身前或者旁边。

因而，灵魂很快学到，它能够去往任何地方——以它的思维的速度。

灵魂充满了极其自由和轻灵的感觉。这个存在体往往要花一段时间来“适应”这种跟随每个思维飘浮的状况。

如果这人有子女，并想起这些孩子，灵魂立刻会出现在这些孩子身边，无论他们身在何方。因而灵魂学到，它不仅能够以思维的速度去往任何它想去的地方，它还能够同时出现在两个地方。或者三个地方。或者五个。

它能够同时在这些地方存在、观察和行动，毫不费力，也不会感到混乱。然后它能够“重组”其自身，再次回到一个地方，只要重新集中思维就可以。

灵魂下辈子会记得它这辈子可惜没忆起的道理：所有效果都是思维创造的，现象是意图的结果。

我的意图专注于什么东西，那样东西就会变成我的实在。

正是如此。唯一的区别是你经验到结果的速度。在物质生活中，

思维和经验之间可能有间隔。而在灵性的领域，这种间隔是不存在的，结果是即时出现的。

所以刚脱离身体的灵魂学会了非常谨慎地控制他们的思维，因为凡是它们想到的，都会变成它们的经验。

我在这里用“学”这个字不是非常严谨，它只是个惯用语，跟实际情况没有什么关系。“忆起”这个词会更加准确。

如果进入身体的灵魂学会像进入灵界的灵魂那样迅捷而有效地控制它们的思维，那么它们的整个生活将会改变。

就创造个体的实在而言，思维控制，或者某些人所说的祈祷，就是一切。

祈祷？

思维控制是祈祷的最高形式。因此，请只思考那些好事，那些正义的事。别沉溺在消极和黑暗里。哪怕是在事情显得糟糕的时候，尤其是在这些时候，也请只看到完美，只表达感恩，然后只想象你接下来想要选择的完美现象。

在这种做法中你可以找到安详。在这个过程中你能够发现和平。在这种意识中你会得到欢乐。

太好啦。这个消息太好啦。谢谢你告诉我。

谢谢你披露它。有时候你比较“干净”。有时候你比较开放——就像刚刚被擦亮的过滤器。它比较“开放”。有更多孔是开放的。

这个比喻很巧妙。

过奖啦。

回到刚才的话题：从身体解脱出来的灵魂很快忆起如何非常谨慎地监视和控制它们的思维，因为凡是它们想到的，都会变成它们的经

验。

我在此重申：对于仍寄居在身体中的灵魂而言，情况也是一样，只不过结果通常不是即时出现的。正是这种思维和造物之间的“时间差”——可能是几天、几个星期、几个月，甚至几年——创造了这样的幻象：事情是发生在你们身上的，不是因你们而发生的。这是一种幻象，它促使你们忘记你们是事情的起因。

我已经屡次指出，这种遗忘是“事先计划好的”。它是大过程的组成部分。因为若非忘记你们的身份，你们无法创造出你们的身份。所以这导致遗忘的幻象是被故意创造出来的效果。

当你离开身体，你将会非常吃惊地发现，你的思维和你的创造之间有着即时的、明显的联系。刚开始你会极其震惊，然后会感到非常高兴，因为你开始忆起这个事实：所有经验都是你创造的，而非外界强加于你的。

思维和创造为什么在我们死前会有这样的间隔，而在我们死后则没有呢？

因为你们生活在时间的幻象里。离开身体之后，思维和创造没有间隔，因为你们也离开了时间的范畴。

换句话说，正如你经常说的，时间是不存在的。

跟你的理解有点不同。“时间”这种现象其实跟视角密切相关。

当我们在身体里面，时间为什么会存在呢？

这是你们造成的，因为你们采用的是此刻的视角。你们把这种视角当作工具，用来更完整地探索和检测你们的经验，将这些经验划分成独立的碎片，而非单一的事件。

生活是单一的事件，是此时正在宇宙间发生的事件。它已全部发生。在每个地方发生。

除了此刻，别无“时间”；除了此地，别无“空间”。

此时此地即是太极。

然而你选择了全面地、仔细地经验此时此地的辉煌，想要在此时此地经验你的神圣自我是现实的创造者。只有两种方法——两个经验的场域——可以实现你的心愿。那就是时间和空间。

这个思维是如此美妙，乃至你们快乐得爆炸了！

在这种快乐的爆炸中，空间在你的各部分之间被创造出来，从你的这部分去往那部分所需的时间也被创造出来。

你就这样将自己撕裂，以便能看到你的各块碎片。可以这么说，在你非常快乐的时候，你“摔成了许多碎片”。

自那以后，你就不停地在拼凑那些碎片。

我的生活就是这样的！我就是不停地拼凑这些碎片，想要看看到底能拼成什么样。

正是利用这种叫做时间的设备，你才有办法分离那些碎片，将不可分割的东西分开，从而在你创造它的过程中，更加完整地去看清楚它，经验它。

甚至当你用显微镜观察某个固体物品时，你会看到它根本不是固体，其实是上百万种形态的聚合体——许多不同的形态同时存在，从而创造出这种较大的固体形态。与此雷同的是，你把时间当作灵魂的显微镜。

想想这个有关岩石的寓言。

从前有块岩石，它内部有无数的原子、中子、质子和各种亚原子粒子。这些粒子以某种模式不断地运动着，每颗粒子由“此”到“彼”，需要时间来完成这个过程。然而尽管这些粒子的来去非常迅速，岩石本身却显得根本不动。它安然自得。它躺在那里吸饮着阳光，沐浴着

雨水，纹丝不动。

“我内部是什么在动呀？”岩石问。

“就是你啊，”有个遥远的声音说。

“我？”岩石回应说，“怎么会呢，不可能的啊。我根本就没有动。这是谁都能看到的。”

“是的，从远处看是这样，”那声音表示赞同，“从这里望过去，你确实显得坚固、静止，没有在动。但假如我走近，假如我在很近的距离观察实际情况，我就会看到组成你的身份的每样东西都在移动。它们在时间和空间中以某种使你成为‘岩石’的模式运动着，其速度快得令人难以置信。所以呢，你就像魔法师！你既是运动着的，同时也是不动的。”

“可是，”岩石问，“既然如此，哪种才是幻象呢？岩石的浑然一体、静止不动，或是其组成部分的彼此分离、运动不息？”

那声音回答说：“那么，哪个才是幻象呢？神的浑然一体、静止不动，或者其组成部分的彼此分离、运动不息？”

我告诉你吧，我要在这块岩石之上建造我的教堂。因为这是亘古不变的岩石。这是人们梦寐以求的永恒真相。我在此通过这个小故事向你们所有人解释它。这就是宇宙学。

生活是一系列细微的、速度快得令人难以置信的运动。这些运动完全不影响太极的不动性和本体性。然而，如同岩石里的原子，正是这种运动在你眼前创造出静止。

从我所处的位置来看，分离是不存在的。它不可能存在，因为宇宙间唯有太极，并无其他东西。我就是那不动的动者。

从你观察太极的有限视角来看，你看到你们是分离的、相隔的，并非不动的存在体，而是许许多多不断地运动的存在体。

这两种观察都是准确的。这两种实在都是“真实”的。

当我“死亡”，我根本没有死，而只是对整个宇宙有了觉悟，明白宇宙里没有“时间”和“空间”，此时和彼刻，从前和以后。

正是如此。你弄懂啦。

我来看看能否由我向你陈述这个道理。看看我是否能把它说清楚。

好啊。

从宏观的角度看，分离是不存在的；从“远处”看，每样事物的所有粒子只以整体的面貌出现。

假如你看着脚下的岩石，你会看到那块岩石，它就在那里，显得很完整。然而只要你把岩石放到你的觉悟里，哪怕只在电光石火的刹那间，你就会发现岩石内部发生着许许多多的事情——那块岩石的粒子正在以令人难以置信的速度，进行着令人难以置信的运动。这些粒子在干什么呢？它们正在赋予岩石以当前的形状。

当你看着岩石时，你并没有看到这个过程。哪怕你能够概念化地理解这个过程，你也只能看到“现在”的形状。岩石并没有正在变成岩石，它现在就是岩石，就在此地——就在此时。

然而，假如你是岩石内部某颗微粒子的意识，你将会经验到你自己正在以疯狂的速度运动，起初是在“这里”，然后是在“那里”。假如岩石之外有个声音告诉你：“这是同时发生的呀。”你会认为那是诳语或者谎言。

反过来说，假如从远离岩石的视角看，那种认为岩石的组成部分之间彼此分离、并以疯狂的速度在运动的说法，也会被认为是谎言。从远处能看见近处不可能看到的景象——所有部分组成一体，所有运动并没有移动任何东西。

你明白啦。你懂得这个道理。你说的话是准确的，生活确实无非是视角的问题。如果你接下来还明白这个真相，你将能够理解神的宏观实在。你将会揭开整个宇宙的秘密：宇宙的所有部分是相同的东西。

宇宙是神的身体中的一个分子！

差不多可以这么说。

这种宏观实在，就是我们在所谓的“死亡”之后有意识地回归的地方吧？

是的。不过即使是你们回归的宏观实在，也无非是更大的宏观实在中的微观实在而已，而这种更大的宏观实在，又是某个更大的实在的组成部分——以此类推，直至无穷无尽。

我们是神（也就是“存在者”），不断地创造着我们的自我，不断地变成我们现在的本质……直到我们不再是现在的我们，而是变成了别的东西。

哪怕是岩石，也不会永远是岩石，而仅仅是“似乎永远”是岩石而已。它固化成岩石的过程经过了成千上万年。它曾经是别的东西，将来也会再次变成别的东西。

对你来说，情况亦是如此。从前的“你”并非现在的你。当时你是别的东西。而今天，当你光芒四射地站在这里，你实际上又“再次变成别的东西”。

哇，这太惊人啦。说真的，这绝对让人吃惊！我从来没有听到过类似的说法。你揭示了整个宇宙的奥秘，用我能够理解的平白词语说出来。这真是惊人啊。

嗯，谢谢你。你这么说我很感激。你过奖啦。

你说得真他妈的好。

你怎么可以这样说话呢？

对不起。

我跟你开玩笑的啦。让气氛轻松一点。闹着玩的。实际上我是不可能被“冒犯”的。然而你们人类却往往觉得我会被冒犯。

这个现象我也发现了。但是，回到刚才的话题，我想我刚刚明白了某个道理。

什么道理呢？

你解释了这么多，是因为我提出了这样的问题：“当我们在身体里面，时间为什么会存在呢？当灵魂离开身体，时间为什么不再存在呢？”你的意思好像是说，“时间”其实和视角有关，它既不“存在”，也不会“不再存在”，真实的情况是，当灵魂改变了它的视角，我们就会以不同的方式经验到终极实在。

这确实是我想表达的意思！你领会到啦！

你刚才还讲述了更大的道理：在宏观的实在中，灵魂清楚地意识到思维和创造之间、人们的观念和经验之间有着直接的联系。

是的——在宏观的层面，那就像同时看到岩石和看到岩石内部的运动。原子运动和它创造出来的岩石的外表之间并没有“时间”。岩石存在着，哪怕原子正在运动。实际上，恰恰是因为原子正在运动，岩石才能存在。这种起因和效果是同步的。原子的运动和岩石的存在是同时发生的。

这就是灵魂在你们所谓的“死亡”时明白的道理。它只是改变了视角。你看到的越多，理解的就越多。

死亡之后，你不再被局限于你的理解之中。你看到岩石，也看到岩石内部的情况。你将会看着现在让你大惑不解的生活问题，然后说：“原来如此。”对生活你将会看得清清楚楚。

然后将会有新的谜团让你沉思。在你随着宇宙之轮转动的过程中，将会有越来越大的实在——越来越大的真相。

不过呢，如果你忆起这个真相（你的视角创造你的思维，你的思维创造一切），如果你能够在离开身体之前而不是之后忆起它，你的整个人生将会改变。

控制思维的办法就是改变视角。

正是如此。采用不同的视角，你将会对一切有全新的看法。这样你就能学会控制你的思维，而在创造你的经验的过程中，控制思维是最为关键的。

有些人将这种办法称为专注的祈祷。

你以前有说过，但我从来没想过要以这种方式进行祈祷。

你何不尝试一下，看看会有什么效果呢？假如你认为控制和引导你的思维是最高形式的祈祷，那么你将会只思考美好和正义的事情。你将不会有挥之不去的负面和阴暗想法，即使你有可能被不幸和黑暗包围。在处境显得凄惨的时刻——也许尤其是在这样的时刻——你将会只看到完美。

你总是反反复复地这么说。

我是在给你工具。用这些工具，你可以改变你的生活。我重复的是最重要的工具。我再三再四地重提这些工具，是因为重复能够催生重视，能够让你在最需要的时候“再次认识”它们。

所有发生的事情——所有已经、正在、将要发生的事情——无不是你内心关于你的身份和你的理想身份的各种思维、选择和决定于外在物质世界的显露。因此，别谴责生活中那些你不赞同的现象，而是要努力去改变它们，以及那些使它们得以存在的条件。

直视黑暗吧，然而别诅咒它。而是成为照耀黑暗的光明，从而改

变它。让你的光芒在世人面前闪耀，以便那些站在黑暗中的人能被你的光辉照亮，这样你们所有人终将看到你们的真实身份。

成为光明的使者吧。因为你的光芒不仅能够照亮你自己的道路。它也可以成为真正照亮世界的光芒。

辉煌吧，照耀吧！光芒四射吧！这样的话，最黑暗的时刻将会变成你最美好的礼物。当你得到礼物之后，你也可以送给别人礼物，馈赠给他们难以言语的珍宝：他们的自我。

让这成为你的任务，让这成为你最大的欢乐：让别人找到他们的自我。哪怕是在他们最黑暗的时分。尤其是在那样的时分。

这个世界等待着你。治愈它吧。现在就去治愈它，从你所处的地方开始。你能做的有很多很多。

因为我的羊群迷路了，它们必须被找到。你来当优秀的牧者吧，去引领它们回到我身边。

# Chapter 04

谢谢你。谢谢你的召唤和你布置的任务。谢谢你将目标树立在我面前。谢谢你。因为你总是向我指出你知道我真正想要前往的方向。这是我来找你的原因。这是我深爱和祝福这次对话的原因。因为正是在和你对话的过程中，我才找到了我内在的神性，并开始看见其他人的内在神性。

我亲爱的孩子，天堂因你这么说而欢腾。正是由于这个原因，我才会来找你，也将会去找每个呼唤我的人。哪怕是现在，我也来到那些正在阅读这些文字的人身边。因为这次对话不仅是因你个人而发生的。它是要给全世界数以百万计的人看的。它会准确地在人们需要它的时候落到每个人手里，有时候是以最为神奇的方式。它会在人们生活中最为合适的时刻，让他们领略到曾经寻找的智慧。

这就是此处正在发生的奇迹：你们每个人自己造成了这种结果。“好像”是别人把这本书送给你，引领你进入这次交谈，为你打开这本对话录，然而，将你带到这里的，其实是你自己。

所以现在让我们共同来探索那些仍在你心里盘旋的问题吧。

我们可以继续谈谈死后的生活吗？你刚才讲解了灵魂在死亡之后遇到的情况，我想尽可能地多了解一些。

那么我们就继续来谈这个话题，直到你的渴望得到满足。

我原来说过，凡是发生的事，必是你想要它发生的。我是说真的。你创造你自己的实在，不仅当你在身体里面时如此，当你远离身体时也是如此。

起初你也许没有意识到这一点，所以你可能不会有意识地创造你的实在。于是你的经验将会被如下两种别的能量之一创造出来：你那些不受自己控制的思维，或者集体意识。

只要你那些不受自己控制的思维比集体意识更加强大，它们就会在你的经验中变成实在。只要集体意识得到接受、吸收和内化，它就会在你的经验中变成实在。

这跟你在当前的生活中创造出你所谓的实在的原理是相同的。

在生活中，你总是面临着三种选择：

1. 你可以容许你那些不受自己控制的思维去创造此刻。
2. 你可以容许你的创造性意识去创造此刻。
3. 你可以容许集体意识去创造此刻。

悖谬的事情出现了：

在目前的生活中，你发现有意识地将你个人的觉悟作为创造的起点是很困难的，实际上，你常常认为，从你周围的情况来看，你个人的信念是错误的，所以你屈服于集体意识，不管这么做对你是否有益。

你死后的情况则与此不同，刚开始的时候，你可能会发现，从你周围的情况来看（你可能会不敢相信那种情况是真的），屈服于集体意识是很难的事情，所以你将会倾向于坚持你自己的各种信念，不管它们对你是否有益。

我愿意告诉你这个道理：当你被低级的意识包围时，坚持你个人的信念会带来更多的好处；而当你被高级的意识包围时，屈服会让你得到更大的好处。

因此，寻找那些拥有高级意识的生灵是很明智的做法。朋辈的重要，是怎么夸大也不为过的。

在你所谓的死亡之后，你就不用为这个问题担心了，因为具有高级意识的生灵——以及高级意识本身——会立即自动将你包围。

尽管如此，你也许并不知道你正处于如此美好的包围之中，你也许不能马上理解。因此，到时你也许会认为那些事情是你的“遭遇”，

你不过是碰巧撞上好运而已。实际上，你经验到的是你死亡时的意识。

你们都对死亡有所设想，哪怕有些人并不自知。你毕生都在思考死后会发生什么事情，当你“死”时，那些想法会统统显露，你将会在突然间意识到你曾有过的想法。你最终经验到的，将是你生前最狂热地持有的想法。

那么人就有可能下地狱！如果有人终生相信地狱是肯定存在的，神将会审判“活着的和死去的”，神将会区分“麦粒与糠秕”、“绵羊和山羊”，而且由于他们做了那么多冒犯神的坏事，他们肯定要“下地狱”，那么他们就会下地狱！他们将会遭到永恒的责罚之火的炙烤！他们怎么逃得掉呢？你在这套对话录中反复地说地狱并不存在。然而你也说，我们创造我们自己的实在，我们有能力根据我们的想法创造任何实在。所以地狱之火和神之诅咒对那些相信其存在的人而言确实是存在的。

终极实在中除了太极别无所有。你说的没错，你们确实可以创造出任何你们选择的次级实在——包括你刚刚描绘的那种地狱经验。我在这整个对话的过程中从来没有说过你们无法经验到地狱；我说的是地狱并不存在。你们经验的东西绝大多数是不存在的，然而你们还是经验到了。

真是让人难以相信。我有个朋友名叫巴尼特·贝因，他刚拍了一部有关这个题材的电影。真的，正好是关于这个题材的。我写下这个句子的时间是1998年8月7日。这本对话录记载的谈话发生在两年前，我在这中间插入了这段话。我以前从来没这样做过。但就在把校样送给出版社之前，我重读了最后一遍，我发现：慢着！罗宾·威廉姆斯刚拍了电影，它的内容跟我们在这里讲的完全相同。那部电影叫做《美梦成真》，它展现的故事和你刚才说的非常相似。

我知道那部电影。

真的吗？神也看电影啊？

神还拍电影呢。

哇！

真的。你没看过《哦，上帝》吗？

嗯，看过的，但是……

什么？你认为神只会写书吗？

这么说，罗宾·威廉姆斯那部电影确实是真的了？我是说，实际上确实是那样的？

不是。没有哪本书、哪部电影或者哪个人对神的解释是确凿无误的。

连《圣经》也不是吗？《圣经》不是确凿无误的吗？

不是的。我想这你早知道了。

嗯，那么这本书呢？这本书肯定是确凿无误的！

不是的。我不想对你这么说，但这本书是经过你个人的过滤而出现的。我愿意认可你的滤网比较薄，比较好。你已经变成一个非常好的过滤器。但你始终是个过滤器。

这我知道。我只是想在这里重申一下，因为有些人把这类书或者《美梦成真》那类电影当作确凿无误的真相。我希望他们不要再那么认为啦。

那部电影的作者和制片人通过不完美的过滤器披露了某些巨大的真相。他们想要指明的是，你在死后经验到的东西，正是你生前预期和选择要经验的。他们非常有效地阐述了这个道理。

现在我们可以言归正传了吧？

可以啊。我想知道的疑问，跟我看那部电影时想知道的疑问是相

同的。假如并没有地狱，可是我却经验到地狱，这到底有什么不同呢？

只要你停留在你创造的实在之中，那就没有任何不同。可是你不会永远创造这样的实在。有些人经验地狱的时间不会超过一“纳秒”。因此，哪怕是在你自己的想象中，哪怕是在这样私密的领域，你也不会永远经验到一个悲伤或痛苦的地方。

假如我毕生相信确实有这样的地方，而且我的所作所为会让我去往那里，有什么能够让我不会永远创造这样的地方呢？

你的知识和领悟。

于现在的生活中，你根据你对上一刻的新领悟，创造出你的下一刻；同样道理，在你所谓的死亡之后，你将会根据你对旧时刻的认识和领悟，去创造新的时刻。

到时你将会非常快地认识和领悟这个道理：你永远可以选择你希望得到的经验。这是因为，在死亡之后，结果是即时出现的，你不可能不懂你的思维和那些思维创造的经验之间的关系。

你将会明白，你的实在就是由你自己创造出来的。

这可以解释为什么有些人的经验是快乐的，而有些人的经验是可怕的；为什么有些人的经验非常复杂，有些人的经验近乎空白；以及为什么有关死后发生的事情会有那么多不同的说法。

有些人从充满安乐和爱的濒死经验中回来，再也不害怕死亡；而有些人回来之后显得非常害怕，他们显然遇到了黑暗和邪恶的力量。

灵魂呼应和重新创造精神最强大的暗示，在它的经验中将其制造出来。

有些灵魂会在那种经验中停留一段时间，让它变得非常真实——甚至当它们进入身体里面时，仍停留在那种经验之中；不过这种经验

是虚幻的，也是短暂的。有些灵魂很快做出调整，看清那种经验的本质，开始构想新的思维，并立刻进入新的经验。

你是说死后的情况不尽相同吗？在我们自己的精神之外，永恒的真相并不存在吗？当我们死亡并进入下一个实在之后，我们会继续创造各种神话传说和似是而非的经验吗？我们什么时候才能摆脱这种束缚？我们什么时候才能认识真相？

当你们选择认识的时候。这是罗宾·威廉姆斯的电影揭示的道理，也是我们在这里揭示的道理。有些人只渴望认识太极的永恒真相、理解伟大的秘密、经验最高的实在，这些人将会如愿以偿。

是的，最大的真相唯有一个，终极的实在也只有一个。但你永远得到你选择的，这与终极的实在无关——原因恰恰在于，终极的真相就是：你是神圣的生灵，一边经验你的实在，一边用神圣的方式创造着它。

然而要是你想要停止创造你自己的实在，开始理解和经验更伟大、更和谐的实在，你随时都有机会可以那么做。

有些人在“死亡”时做出这种选择，拥有这种欲望，愿意这么去做，也认识这个道理，他们会立刻拥有合一的经验。其他人则只在他们有这种欲望的时候才进入合一的经验。

当灵魂在身体之内时，情况与此完全相同。

这无非是欲望的问题，完全取决于你的选择、你的创造，最终取决于你对那不可创造的事物的创造；也就是说，取决于你对那些已被创造出来的事物的经验。

这就是被创造的创造者。这就是不动的动者。这就是起始与终点，从前和以后，万物的无时间属性，这就是你们所谓的神。

我不会抛弃你，然而我也不会将我的自我强加于你。我从未这么做过，也将永远不会这么做。只要你愿意，你随时可以回来找我。无

论是你处于身体之内的现在，抑或你离开身体之后的将来。只要你愿意，你随时可以回到丧失自我、天人合一的经验。只要你选择，你还随时可以重新创造你对你的自我的经验。

你可以随意经验太极的任何组成部分，无论是最小的，还是最大的。你可以经验微观实在或宏观实在。

我可以经验粒子或者岩石。

是的。很好。你弄懂啦。

当你寄生于人类的身体，你经验到的是整体的一小部分，也就是说，微观实在的一部分（不过它绝对不是最小的部分）。当你寄居于身体之外的地方（有些人称之为“灵界”），由于视角的突变，你的能力得以增大。到时你将会突然认识所有事物，能够成为所有事物。你将会拥有宏观实在的事物观，这让你能够明白你现在无法理解的道理。

你将会明白的道理之一是，仍有更大的宏观实在。也就是说，你将会突然清楚地知道，太极甚至比你到时经验的实在还要宏大。这将会让你立刻充满敬畏和期待，惊奇和高兴，欢乐和振奋，因为到时你将会认识和理解我认识和理解的道理：这个游戏永远不会结束。

将来我能达到真正智慧的境界吗？

在你“死亡”之后，你可以选择解答你曾有过的每个疑问——然后向你自己提出你以前做梦也没想到的新问题。你可以选择与太极合一的经验。你将有机会决定接下去你想要获得什么身份，去做什么事情，拥有什么东西。

你会选择回到你最近的身体之中吗？你会选择再次以人类的形式经验生活，但换一种性别吗？

你会选择停留在你所处的“灵界”，停留在你到时经验着的层次吗？你会选择继续推进你的认识和经验吗？你会选择彻底地“失去你

的身份”，融入一体吗？

你会选择什么呢？你会选择什么呢？你会选择什么呢？

这永远是我要问你的问题。这永远是宇宙的质询。因为宇宙只会实现你最迫切的愿望，满足你最强烈的欲望。实际上，它每时每刻都在这么做。你和我的区别就在于，你并没有意识到这一点。

而我意识到了。

告诉我吧……有人说，在我死后，我的亲朋好友将会和我见面，帮助我理解正在发生的事情，是这样的吗？我会跟“那些先走的人”团聚吗？我们可以共同度过永恒吗？

你的选择是什么呢？你会选择让这些事情发生吗？是的话它们就会发生。

好吧，这下我糊涂了。你是说，我们所有人都有自由意志，而且这种自由意志甚至会延续到我们死后吗？

是的，这是我的意思。

如果确实如此，那么我的亲人的自由意志必定和我的一致，他们的想法和欲望必定跟我拥有的相同，否则当我死后，他们就不会在那里等我。此外，要是我想要跟他们永远地相处，而他们有一两位想要离开，那会怎么样呢？也许就像你刚才说的，他们有人想要上升到越来越高的层次，进入那种重归于太极的合一经验。那会怎么样呢？

宇宙间没有矛盾。有些事情看似相互矛盾，但实际上并不。假如你刚才描述的这种情况出现（顺便说一句，这是个非常好的问题），你们双方的选择都能够实现。

真的啊？

真的。

我能问怎么可能吗？

能啊。

好吧。怎么……

你对神是怎么想的呢？你认为我存在于一个地方，并且只在一个地方吗？

没有啦。我认为你同时存在于所有地方。我相信神是无所不在的。

嗯。你说对了。没有我不在的地方。你能明白这个道理吗？

我想能吧。

很好。那你为什么认为你不能呢？

因为你是神啊，我只是凡人。

我明白啦。原来我们还停留在“只是凡人”这个问题上……

好吧，好吧……为了便于讨论，我就假设我也是神——或者至少是被用与神相同的材料制造出来的。那么你是说，我也能够同时处于所有地方吗？

这完全取决于意识想要在它的实在中选择什么。在你所谓的“灵界”，凡是你想象得到的，你都能经验得到。喏，假如你想要经验到你自己是一个灵魂，在某个“时间”处于一个地方，你可以做得到。然而假如你希望你的灵体获得比这更大的经验，在某个“时间”处于一个以上的地方，你也可以做得到。这是因为，“时间”和“地方”实际上都只有一个，而你永远处在其中。因此你可以随意经验其中的任何部分，或者几个部分，这随你选择。

如果我想要我的亲人陪着我，但他们有人想要在其他地方成为“整体的部分”，那又怎么说呢？

你和你的亲人想要的东西并不相同，这并非不可能的事情。你和我，你的亲人和我，以及我们所有人，其实是一体，是相同的。

你对某样东西的渴望，就是我对某样东西的渴望，因为你其实就是我，将欲望变成经验的我。因此，你渴望什么，我就渴望什么。

你的亲人和我也是一体而相同的。因此，凡是我渴望的，必是他们渴望的。那么按照这个逻辑，你所渴望的，也正是你的亲人所渴望的。

在地球上，你们所有人确实也渴望相同的东西。你们渴望和平。你们渴望繁荣。你们渴望欢乐。你们渴望圆满。你们渴望工作带来的满足感和自我展现。你们渴望生活有爱，身体健康。你们所有人渴望相同的东西。

你认为这是巧合吗？当然不是。这是生活的原理。我现在就来向你解释。

地球和你们所谓的灵界的唯一区别是，在地球上，当你们所有人渴望相同的东西时，你们对怎样得到这种东西有各不相同的想法。所以你们朝不同的方向出发，去寻找相同的东西！

正是因为你们拥有的观念不尽相同，你们得到的结果才会不尽相同。这些观念可以被称为诱发思维。这我以前跟你说过的。

是的，你在第一卷说过。

有个观念是你们许多人共同拥有的，它就是匮乏的观念。你们许多人认为，你们最核心的生活问题就是不够。什么东西都不够。

爱不够深，钱不够多，食物不够美味，衣服不够华丽，住房不够宽敞，时间不够充足，美妙的想法不够多，当然，你也不够多，有太多的事情让你无法分身。

这种诱发思维促使你们采用各种各样的策略和计谋，去获取那些

你们认为“不够”的东西。只要你们清楚你们想要的东西，无论是什么，对每个人来讲都已足够，你们就会立刻放弃这些手段。

在你们所谓的“天堂”，这种“不够”的意识将会消失，因为你们到时会明白，你们和你们渴望的任何东西之间都不是分离的。

你会明白甚至连你也有足够多。你会明白，你能够在任何“时间”处于一个以上的地方，这样你就无需想要你的兄弟想要的东西，无需选择你的姐妹选择的东西。如果他们希望在死亡时有你陪着，想到你这个念头就能够召唤你到他们身边——你没有理由不飞奔过去，因为你去往那里，不会对你可能正在做的其他事情造成任何影响。

这种没有理由说不的状态就是我向来所处的状态。

你以前听说过“神从不说不”这句话，这句话是真的。

我永远会把你渴望的东西送给你。自有时间伊始，我一直这么做。

你真的无论什么时候都把人们渴望的东西送给他们吗？

是的，我亲爱的孩子，是这样的。

你的生活是你的欲望的反映，也是你相信你能够实现的欲望的反映。我无法把你不相信你能拥有的东西给你——无论你对它的渴望是多么强烈，因为我不会违背你自己关于这样东西的想法。我不会那么做。这是规律。

相信你无法拥有某样东西，等于并不渴望拥有它，因为这两者产生的结果是相同的。

但在地球上我们拥有不了我们渴望的东西。比如说，我们不能同时处于两个地方。还有其他许多东西是我们渴望但无法得到的，因为在地球上我们所有人受到很大的约束。

我知道你是这么想的，所以对你来说，实情确实如此，因为下面

这个道理永远是真实的：你永远会得到你相信你会得到的经验。

因而，如果你说你无法同时处于两个地方，那么你就做不到。但如果你说你能够以思维的速度去往任何地方，甚至能够随时在不止一个地方现身，那么你也许能够做得到。

喏，你知道吗，你说到这里我就不懂啦。我想要相信这些信息的直接来源是神——但当你说起类似的事情时，我内心就非常纠结，因为我就是无法相信。我的意思是说，我反正不认为你刚才说的话是真的。人类经验从来不曾证明这些东西。

恰恰相反。所有宗教的圣徒和圣人都曾被传做过这两件事情。这需要非常坚定的信仰吗？坚定得异乎寻常的信仰？每一千年才有一个人能拥有的信仰？是的。这意味着那是不可能的吗？不是的。

我如何能创造那种信仰呢？我如何能够达到那种信仰层次？

你无法达到那里。你只能够在那里。我并不是在跟你玩文字游戏。我是说真的。这种信仰——我称之为彻底的认识——并非某种你通过努力可以获得的东西。实际上，假如你试图获得它，你就无法拥有它。它是某种你只能处在其中的状态。你只能处于这种认识中。你就是这种存在状态。

这样的存在状态来自完全的觉悟。它只能来自完全的觉悟。如果你正在寻求变得觉悟，那么你就不可能处于那种状态之中。

这好像身高四英尺九英寸的你试图进入身高六英尺的"状态"。你不可能处于六英尺高的状态。你只可能处在你本身的"状态"——四英尺九英寸。当你长高到六英尺时，你就能处于六英尺高的"状态"。等到你的身高有六英尺的时候，你就可以做各种六英尺高的人能够做到的事情。等到你处在完全觉悟的状态之中的时候，你就可以做各种处于完全觉悟的状态的人能够做到的事情。

因为，别"试图相信"你能够做这些事情。而是要试图进入完全觉悟的状态。然后再也无须信仰。彻底的认识将会展现它的各种奇迹。

我曾在打坐冥思的时候经验到天人合一和完全的觉悟。那种感觉非常美好，让人欣喜若狂。自那以后，我就不停地尝试再次拥有那种经验。我打坐，试图再次拥有完全的觉悟。可惜我再也没有过啦。原因就是这个，对吧？你刚才对我说，只要我寻找着某样东西，我就无法得到它，因为我的寻找行为本身正好宣布了我现在尚未拥有它。你在这次对话中始终想要教给我这个道理。

是的，是的。现在你懂啦。你越来越明白这个道理了。这是我们在这里不断地转圈的原因。这是我们总是旧话重提的原因。重复三次、四次，也许五次，你就能够领会。

好吧，我很高兴我提出了质疑，因为这是个危险的话题，这种“你能够同时处于两个地方”或“你能够做任何你想做的事情”的说法。这种说法会促使人们从帝国大厦楼顶跳下来，同时高声喊着“我是神！看我啊！我会飞”！

你最好先处于完全觉悟的状态才去这么做。如果你不得不通过向别人证明你是神来证明你自己是神，那么你并不知道你自己就是神，而这种“不知道”将会在你的实在中证明其自身。简单来说，你将会摔得粉身碎骨。

神从不向任何人证明它是神，因为神不需要这么做。神就是神，仅此而已。那些知道他们自己与神合一，或者内心经验到神的人，并不需要也从不会证明给任何人，更不用说他们自己看。

正因为如此，当人们嘲弄他，说：“如果你是神的儿子，你从十字架上走下来呀！”——那个叫做耶稣的人什么也没有做。

然而三天之后，他悄悄地，不动声色地，在没有目击者、没有人群、没有任何人可以证明的情况下，做了某件更加让人震惊的事情——这世界迄今仍在谈论那件事。

正是在这个奇迹中，你们获得了拯救，因为你们看到了真相，不仅是耶稣的真相，还有关于你们的身份的真相，你们因之有可能从关

于你们自己的谎言中被拯救出来——那个谎言是别人告诉你们的，你们却把它当作真相。

神建议你们永远要对你们自己持有最高级的想法。

你们星球上有些人已经展现出许多高级的想法，包括使物品出现或消失，让他们自身出现或消失，甚至“长生不老”，或者死而复生——所有这些，所有这些之所以可能，是因为他们的信仰。是因为他们的认识。是因为他们无比清楚地知道事物的本质和功能。

虽然从前每当有地球人做过这些事情，你们就会将这些事件称为奇迹，将那些人封为圣徒和救世主，但他们并不比你们更有资格当圣徒和救世主。因为你们所有人都是圣徒和救世主。这正是他们带给世人的信息。

我怎能相信呢？我想要衷心地相信你说的这个道理，但我做不到。反正就是做不到。

你无法相信它。你只能认识它。

我怎样才能认识它呢？我怎能达到那个境界呢？

凡是你为自己选择的，将其送给别人。假如你无法达到那个境界，去帮助别人达到吧。告诉别人他们已经达到那个境界。为之赞扬他们。为之尊敬他们。

这就是巫师的价值所在。巫师的重要作用就在这里。在中国，“巫师”这个词附有许多负面能量。它几乎变成了贬义词。“巫师”简直是江湖骗子的同义词。信奉巫师被视为放弃自己的力量。

尊敬巫师并不等于放弃你们的力量。它会给你们带来力量。因为当你们尊敬巫师，当你们赞扬你们的宗师，你们的意思无非是：“我在你身上看到啦。”既然你们能够从别人身上看到，你们也就能从自己身上看到。这是身外的证据，证明了你们身内的实在。这是外在的依据，证明了你们内在的真相。你们的存在的真相。

这个真相正通过你，由你写下的这些书籍披露出来。

我并不认为这些书是我写的。在我看来，作者是你，神，我只是誊抄员。

神确实是作者……你也是。你写和我写之间没有任何区别。你若是认为有区别，就将无法理解这次撰写本身的意义。然而绝大多数人没有领略这种教诲。所以我给你们派来新的导师，更多的导师，他们带来的信息和以往那些导师是相同的。

我明白你为何不愿将这种教诲视为你自己的个人真相。你要是到处宣称这些文字是你与神合一、甚或是成为神的一部分时说出或写下的，你担心世人将会怎么看待你。

人们将会随意抨击我啊。这我是非常清楚的：我不配成为我在所有这些书里面透露的信息的接受者。我不觉得我有资格成为这个真相的传播者。这第三本书还没写完，然而甚至在它出版之前我就已知道，由于我犯过那么多错误，做过那么多自私的事情，在世上所有人里面，我是最没有资格披露这个美妙的真相的。

然而这也许正是《与神对话》三部曲最伟大的信息所在：神不回避任何人，而是跟每个人说话，哪怕我们之中最没有资格的人。因为神既然愿意和我说话，他肯定愿意直接跟每个寻求真相的人说话，无论这个人是男是女，是成人是孩童。

因而这是我们所有人的希望。我们没有人会糟糕到让神唾弃，也没有人会罪大恶极到让神转身而去。

你相信吗？你刚刚写下的这些话，你真的相信吗？

是的。

那就这样吧，你若相信，实情就是如此。

然而我要告诉你这个道理。你是有资格的。其他每个人也都有。

没资格是人类受到的所有指控中最严重的。你们用过去来判断一个人的价值，而我用的则是未来。

未来，未来，永远是未来！你的生活在于未来，不在于过去。你的真相也在于未来，不在于过去。

和你将要做的事情相比，你已经做过的事情是微不足道的。和你将要创造的东西相比，你曾经犯下的错误是不值一提的。

我原谅你那些错误。所有的错误。我原谅你那些错位的情欲。所有错位的情欲。我原谅你那些荒唐的观念、谬误的理解、伤人的行为、自私的决定。所有这些。

其他人也许不会原谅你，但我会。其他人也许不会让你摆脱愧疚，但我会。其他人也许不会让你忘记，不会让你前进、获得新的生活，但我会。因为我知道你不是从前的你，而是，永远是，现在的你。

罪人能够在瞬间变成圣徒。在刹那间。在一念之间。

实际上，“罪人”这种东西是不存在的，因为没有人会被得罪——我就更加不会啦。所以我说我“原谅”你。我用这个词，是因为它便于你理解。

实际上，我不会为任何事原谅你，永远不会。我没有必要这么做。没有什么需要原谅的。但我可以让你得到解脱。我正在这么做。现在。再次让你解脱。从前我也常常通过其他许多导师的训示这么做。

我们为什么没听说过这些训示呢？我们为什么不相信你这个最伟大的承诺呢？

因为你们不相信神的善良。没问题，那就别相信我的善良。改成相信简单的逻辑吧。

我不需要原谅你们的原因是，你们无法冒犯我，我也不可能受伤害或者被摧毁。然而你们居然幻想你们能够冒犯、甚至伤害我。这是多么离谱的想象啊！这真是痴心妄想！

你们无法伤害我，我也不可能受伤。因为我是金刚不坏之身。那不会受伤的，必定不会也不愿去伤害别人。

真相是，我从不谴责，也不施罚，更不需要想方设法去复仇；现在你懂得这个真相的逻辑啦。我没有这样的需要，因为我从来不曾也不可能遭到任何方式的冒犯、破坏或者伤害。

情况对你而言亦是如此。对其他人亦是如此——可惜你们所有人都认为你们可以而且曾经受伤害或被摧毁。

因为你们幻想出伤害，所以你们要求报复。因为你们经验到痛苦，所以你们需要别人经验痛苦，以此来弥补你们自己的痛苦。然而你们有什么正当理由来为导致别人痛苦辩护呢？因为（你们想象）别人曾经伤害了你们，你们就觉得反过来伤害别人是理所当然的事情吗？你们说有些事情是人不能对同类做的，但只要你们觉得有理由，你们就可以去做那些事情吗？

这是丧心病狂。而你们并没有看出来的是，在这种丧心病狂之中，所有导致别人痛苦的人，都认为他们的所作所为是合情合理的。结合人们所追求和渴望的东西来看，每个人都认为自己采取的所有行动是正确的行动。

按照你的定义，他们追求和渴望的东西是错误的。但根据他们的定义，那并不是错误的。你也许不认可他们的世界观、伦理道德观、神学理论，也不赞同他们的决定、选择和行动……但从他们的价值观出发，他们认可这些。

你们说他们的价值观是“错”的。但谁会说你们的价值观是“对”的？只有你们。你们的价值观是“对”的，因为你们说它是对的。假如你们坚持这么说的话，那倒也无妨，可是你们自己不断地改

变你们关于“对”和“错”的看法。你们作为个人这么做，你们作为整个社会也这么做。

你们社会几十年前认为“对”的东西，现在被你们认为是“错”的。不久之前你认为“错”的东西，现在你称之为“对”。谁能分得清呢？没有固定标准的话，谁说得准呢？

然而我们却敢于大言不惭地彼此审判。我们敢于谴责，因为有些人来不及弄清楚我们那些不停地变化着的是非标准。哇，我们真是有本事呀。我们居然连什么事情可以做、什么事情不可以做也没法确定。

这不是问题。不断地改变你们关于“对”和“错”的观念并非问题所在。你们必须改变这些观念，否则你们就不会成长。改变是进化的后果。

不，问题不在于你们发生了变化，也不在于你们的价值观发生了变化。问题在于，你们许多人坚持认为你们现在拥有的价值观是正确而完美的，是每个人都应该遵守的。你们有些人因而变得自以为是和自大自负。

坚持你的信念，假如那样对你有益的话。牢牢地坚持。别动摇。因为你关于“对”和“错”的观念是你对你的身份所下的定义。然而别要求其他人根据你的标准来定义他们自己。别深深地“沉溺”在你当前的信念和习惯当中，以免你阻挡了进化的过程本身。

实际上，你就算想阻挡，也阻挡不了，因为不管有没有你，生活总是要前进的。没有什么是永远相同的，也没有什么是永久不变的。不变意味着不动。而不动意味着死亡。

生活中的一切都是移动的。哪怕是岩石，也充满了运动。所有事物都在动。真的。没有什么东西是不动的。因此，正因为这个运动的事实，没有哪样事物在此刻和下一刻是相同的。一样都没有。

保持不变，或者试图这么做，是违反生活规律的。这是愚蠢的做

法，因为在这种斗争中，获胜的永远是生活。

所以改变吧！是的，改变吧！改变你关于“对”和“错”的观念。改变你关于这个和那个的看法。改变你的思维结构和固有观点，改变你的世界观和各种理论。

要允许你那些最深的真相被改变。你们要亲自去改变它们，这对你们有好处。我是说真的。亲手改变它们会给你们带来好处。因为你们若对自己的身份有了新的看法，那就意味着正在成长。你们若对事实有了新的看法，那就意味着你们的进化正在加快。你们若对世间万事万物有了新的看法，那就意味着谜团终于得到破解，情节终于完全展开，而故事也将告结束。然后你们就能够开始新的故事，更美好的故事。

你们若是对整个宇宙有了新的看法，你们就会开始感到兴奋，就会开始创造，你们内心的神性就会显露，并被彻底地实现。

无论你们认为事物原来是多么美好，它们都能够更加美好。无论你们认为你们的神学理论、意识形态和宇宙理论多么美妙，它们完全可以变得更加美妙。因为“天上人间的事，比你的哲学所能梦想到的多得多”。

所以要开放。要有开放的头脑。别因为旧的真相让你感到自在，就拒绝接受新的真相。生活从你们的自在地带结束处开始。

然而别急于审判别人。而是要努力避免进行审判，因为别人的“错”，是你们昔日的“对”；别人的错误行为，你们从前也曾做过，只是现在改正了；别人那些“伤人”、“有害”、“自私”、“不可原谅”的选择和决定，你们许多人自己也曾有过。

你们若是觉得“简直无法想象”别人怎么会“做出这种事情”，就会忘记你们以前是从哪里来的，也会忘记你们和其他人将会走向哪里。

你们当中有人认为自己是邪恶的，是低贱和罪无可赦的，我想对这些人说：你们没有人会永远地迷路，将来肯定不会迷路。因为你们

所有人、全部人都处在变化的过程之中。你们所有人、全部人都在进化的经验中运动。

这是我正在做的事情。

这是我通过你们在做的事情。

# Chapter 05

我想起来小时候学到的一段祈祷文。“主啊，我是低贱的，不配邀请你到我家里来。然而您只要说一句话，就能够治愈我的灵魂。”你刚才说了许多话，我觉得我痊愈啦。我不再觉得我很低贱。你有办法让我觉得我是高贵的。如果我能送给全人类一份礼物，我希望是你的办法。

你已经通过这部对话录，将那份礼物送给他们啦。

我希望等到这次对话结束之后，我还能继续把那份礼物送出去。

这次对话永远不会结束。

好吧，那就等到这三部曲完成之后吧。

到时你会有很多派送礼物的办法。

听你这么说，我非常高兴。因为我的灵魂渴望将这份礼物送出去。我们所有人都有礼物可以送人。我希望这是我的礼物。

那么你就把它送出去呀。努力让每个你接触的人感到高贵。让每个人明白他们自己作为人的价值所在，领略他们的身份的真正神奇之处。送出这份礼物，你将能治愈这个世界。

我谦卑地请求你帮忙。

我向来有帮你的啊。我们是朋友嘛。

我很爱这部对话录，同时也想提出一个问题，是关于你先前说过的某句话的。

问吧。

前面你提到“死后”的生活，你说：“只要你选择，你还随时可以重新创造你对你的自我的经验。”这句话是什么意思呢？

它的意思是，只要你愿意，你随时可以脱离整体，成为新的“自我”，或者你原来有过的那个自我。

你是说我可以重新获得我的个体意识，返回到我对“我”的觉悟之中吗？

是的。你随时可以拥有你想要的经验。

所以我能够回到人世，回到地球，变成跟我“死亡”之前一样的人？

是的。

拥有同样的身体？

你没听说过耶稣吗？

听说过，但我又不是耶稣，我也不会宣称我像他。

难道他没有说过“这些事情，以及别的事情，你们也都能做到”吗？

他是说过，但他谈到的不是诸如此类的奇迹，我不这么想。

我为你不这么想感到遗憾。因为耶稣并非唯一曾经死而复生的人。

不是吗？别人也曾死而复生吗？

是啊。

天哪，你这是对神的亵渎。

说除了基督，还有人曾经死而复生，就是对神的亵渎？

嗯，有些人说是这样的。

这些人从来没看过《圣经》。

《圣经》？《圣经》说过除了基督，还有人死亡之后复活吗？

听说过拉撒路吗？

哪能这么说啊。他是借助基督的力量才复活的。

确实如此。你认为你所谓那种“基督的力量”，只有拉撒路能得到的吗？在世界历史上只有一个人能得到吗？

我没想过这个问题。

我告诉你吧：许多人曾经“死”而复生。曾经“还魂”的人有很多。这种事情每天都在发生，目前就在发生，在你们的医院。

拜托。话也不能这么说的。那是医学，跟神学无关。

哦，我明白啦。原来神与今天的奇迹无关，只跟昨天的有关。

嗯……好吧，我承认你说的不无道理。但从来没有人像基督那样，单凭自身的本事死而复生。没有人那样复活过。

你确定吗？

嗯……相当确定吧……

你听说过圣父摩诃阿梵达吗？

我认为我们不应该将东方的神话传说扯进来。许多人对这种东西不买账的。

我知道。当然，他们肯定是对的咯。

让我来把话讲清楚。你是说，只要灵魂愿意，它们能够在“死

亡”之后以鬼魂的形式或者肉身的形式复活，是吧？

你开始领悟啦。

既然如此，为什么没有更多的人这么做呢？我们为什么没有每天都听到这样的事情呢？这种事情会成为轰动各国的大新闻。

实际上，许多人以鬼魂的形式这么做。我愿意承认的是，选择回到肉身的并不多。

哈哈！那就对了！这就是我要问的！为什么呢？既然十分容易，为什么没有更多的灵魂那么做呢？

那不是难易的问题，那是愿意与否的问题。

此话怎讲？

我的意思是，极少有灵魂愿意以原来的身体回到物质世界。

如果灵魂选择返回身体，它总是返回另一个身体，别的身体。这样它就能开始完成新的任务，经验新的回忆，踏上新的征途。

普遍来说，灵魂离开肉身，是因为它们在那些肉身中的任务已经完成。它们已经把它们进入那些肉身要做的事情给做完了。它们业已经验到它们追求的经验。

那些因意外事故而死亡的人呢？他们也完成了他们的经验吗？或者他们的经验被“打断”了？

你还是觉得有人会意外身亡是吧？

你是说他们的死不是意外？

宇宙间没有任何事情是偶然发生的。没有“意外”这种东西，也没有“巧合”这种东西。

如果我能够说服我自己相信你这句话，那么我将不会再为那些死

去的人哀悼。

他们最不希望你做的事情就是哀悼。

如果你知道他们所在之处，知道他们是通过他们自己更高的选择去往那里的，你将会为他们的离开而欢欣。如果你曾经体验到你所谓的阴世，曾怀着对你自己和对神最美好的观念走进阴世，你将会在他们的葬礼上开怀而笑，并让欢乐填满你的内心。

我们在葬礼上为逝者哭泣。我们会很悲伤，因为我们知道，我们再也不会看见他们，再也无法抓住、拥抱、抚摸或者陪伴我们深爱的人。

这样的哭泣是很好的啊。这表明你尊重你的爱，以及你爱的人。然而连这种哀悼也可以很快过去，前提是你知道灵魂离开身体之后将会遇到的伟大实在和奇妙经验。

阴世是什么样子呢？我真的想知道。跟我说说吧。

有些东西是无法得到披露的，不是因为我不想披露，而是因为就你目前的情况而言，就你目前的理解力而言，我就算说了你也听不懂。不过呢，有些还是可以告诉你的。

正如我们早前讨论过的，和你们目前经验到的生活相同，在你们所谓的阴世，你们也可以做如下三种事情。你们可以通过那些不受你们约束的思维来进行创造，你们可以有意识、有选择地创造你们的经验，你们也可以经验到集体的太极意识。最后这种经验叫做返璞归真，或者天人合一。

假如你们选择的是第一条道路，你们大多数人不会在这条道路上走得很久（这跟你们在地球上的情况不同）。这是因为，当你们不喜欢正在经验到的东西时，将会选择创造一种新的、较为美好的实在，你们只要停止那些负面的思维就可以做得到。

由于这个原因，你们将不会经验到你们十分害怕的“地狱”，除非

选择了去经验。但即使选择了去经验地狱，你们也将会“快乐”，因为那意味着你们得到了自己想要的东西。（在“悲惨”中“快乐”的人多得超乎你们的想象。）所以你们将会不停地经验到它，直到你们选择了不再经验。

对于你们大多数人来说，在刚开始经验到地狱的刹那间，你们将会立刻抛弃它，创造新的经验。

你们也可以用这种方法消除你们在地球上的生活中的地狱。

只要你踏上第二条道路，有意识地创造你的经验，肯定会经验到你正在“直接走进天堂”，因为凡是做出自由选择的人，凡是相信天堂的人，都会创造这种经验。假如你不相信天堂，你将会经验到希望经验到的东西——当你明白这个道理的时候，愿望就会变得越来越美好。然后你就会相信天堂！

你要是走上第三条道路，完全依照集体意识去创造，你将会非常快地进入彻底的包容、彻底的和平、彻底的欢乐、彻底的觉悟和彻底的爱之中，因为那就是集体意识。到时你将会进入天人合一的状态，获得你真正的身份，你原本的身份，直到你决定选择其他的身份。这就是涅槃，你们许多人曾在冥思中非常短暂地拥有过这种“天人合一”的经验，它带来的欢乐是难以形容的。

当你经验到天人合一的状态之后，你将不会再经验到它，因为若非天人分离，你无法经验到这种状态就是天人合一。懂得这个道理之后，你将会再次创造出分离的观念或者相隔的思维。

然后你会不停地在宇宙之轮上履行，不停地前进，不停地转圈，不停地进入新的存在状态，永远这样下去，甚至直到比永远更远的将来。

你将会有许多次——无穷多次，而且每次持续无穷久——回到天人合一的状态，你将会知道你拥有各种工具，可以在宇宙之轮的任意地方回到那种状态。

现在，哪怕你正在阅读这本书，你可以这么做。

明天，当你打坐冥思时，你可以这么做。

你随时可以这么做。

你是说我们不必非停留在我们死亡时达到的意识层次上不可？

是的。你们可以尽快进入其他层次，想要多快就多快。或者想要多慢就多慢。如果你们死亡时仍处在视野不开阔、无法控制自己的思维的状态，你们将会经验到这种状态带给你们的东西，直到你们再也不想经验。然后你们将会“醒悟”，也就是具有自觉的意识，并开始经验到你们自己正在创造你们的实在。

你们将会回头去看第一个阶段，并称之为炼狱。第二个阶段，也就是你们能够以思维的速度得到你们想要的东西的阶段，你们称之为天堂。到了第三个阶段，你们会经验到天人合一的极乐，你们将会称之为涅槃。

除了这些事情，还有一件事是我想了解的。它跟“死后”无关，而是关于灵魂离开身体的经验。你能向我解释这种现象吗？那到底是怎么回事呢？

那是你的身份的本质离开了肉体。这种情况在正常的梦境中会发生，在打坐冥思时往往会发生，当身体处于深层的睡眠时更是常见。

在这种“出窍”的过程中，你的灵魂能够随意去往任何地方。宣称拥有这种经验的人事后往往不记得曾主动地做过“出窍”的决定。他们可能会觉得那种经验是他们“碰上”的。然而，凡是涉及灵魂活动的事情，没有哪件是违背其意愿的。

假如在这个过程中，我们是在一边经验一边创造，那各种事物怎么可能向我们“展示”或者“显露”呢？在我看来，事物要向我们展示其本来的面目，唯一的可能就是这些事物本来是独立于我们而存在的，而不是我们自己创造出来的。我需要你帮忙解释。

没有任何事物是独立于你们而存在的，一切都是你们自己的造物。甚至连你这种无法领会的状况也是你自己创造出来的。它其实是你自己的想象。你认为你并不知道这个问题的答案，所以你不知道。然而只要你认为你知道，你就会知道。

你纵容你自己去进行这种想象，以便大过程能够继续发展。

大过程？

就是生活。永恒的过程。

当你经验到你自己正在“显露”给你自己，无论是在所谓灵魂出窍的经验中，在梦境里，还是在灵台清净、心无尘埃的时刻，其实真相无非是你潜进了“记忆”中而已。你正在忆起你曾经创造过的东西。这些记忆有时候是非常强大的。它们能够让你看到神的显灵。

一旦有过这种神奇的经验之后，你就很难回到“现实生活”，你的生活将会与其他人所谓的“实在”不同。这是因为你的实在已经发生变化。它变成了别的东西。它已经扩张、长大。它不可能再度萎缩。那就像让妖怪回到魔瓶里。是不可能的。

许多人从出窍的经验、或者所谓“濒死”的经验回来之后，有时会显得与众不同，就是由于这个原因吧？

是的。他们确实与众不同，因为现在他们知道得更多。然而，有过这种经验之后，随着时间的流逝，他们往往会旧态复萌，因为他们再次忘记了他们知道的东西。

有什么“保住记忆”的办法吗？

有啊。每时每刻都根据你的认识去行动。依照你的认识、而非你看到的人世幻象去行动。坚持这么做，不管那些幻象有多么逼真。

这是所有大师曾经做过和正在做的事情。他们从不根据表象进行判断，而是依照他们的认识去行动。

还有另外一种记忆的办法。

是什么呢？

促使别人去忆起。凡是你希望自己得到的，统统送给别人。

这正是我写这几本书时的感觉。

你正在做的确实是这样的事情。你做这件事的时间越长，你就越不用去做它。你将这个信息送给越多的人，你就越不用将它送给你的自我。

因为我的自我和其他人是一体，我送给其他人，就等于送给我自己。

你知道吗，你刚刚给了我答案。当然，答案就是这样出来的。

哇。我刚刚解答了神的问题。太酷了。这真的很酷啊。

要你说哦。

我把事情告诉你的感觉太酷了。

我告诉你吧：终有一天，我们将会说出相同的话。所有人将会说出相同的话。

好吧，如果我真能等到那一天，我希望现在就能弄清楚你说的话。所以我想再次回到你前面讲过的一些话。我知道你说过不止一次，但我真的想确保我真的理解了。

一旦我们达到那种许多人成为涅槃的天人合一状态之后，一旦我们回归本源之后，我们不会停留在那里，我的理解正确吗？我又提起这个问题，是因为它似乎跟我对许多东方神秘理论的理解相悖。

你若是停留在那种崇高的虚无或者天人合一的状态，就无法停留在那里。道理我以前解释过的，太极不可能存在，除非太虚也存在。

你无法经验到天人合一的极乐，除非有某些比不上极乐的东西存在。所以有些比不上天人合一的极乐的东西必须——不断地必须——被创造出来。

可是当我们处于极乐之中，当我们再次与天地融为一体，当我们化为宇宙间的万物与虚无，我们如何能够知道我们的存在呢？因为我们没有经验到其他东西……我不知道。我好像无法明白这个道理。这个道理让我觉得莫名其妙。

你描述的这种情况我称为神圣的矛盾。这也是神向来遇到的矛盾——而神化解这种矛盾的方法，就是创造（或者构想）出非神的东西。

神让其自身的一部分拥有不认识其自身的经验，这样其自身的其他部分就能认识其自身的身份和本质。

所以《圣经》中说“神将他的独生子赐给世人，让你们可以得到拯救。”现在你知道这种神话学理论的起源啦。

我认为我们所有人都是神——我们每个人不断地在认识与不认识、存在与不存在、天人合一与天人分离之间循环往复。这就是生活的循环，也是你所说的宇宙之轮。

是的。正是如此。你说得很好。

但我们大家都必须回到起点吗？我们总是必须彻底地从头开始吗？就像玩大富翁游戏那样，总是要回到第一格？不能跳过“出发”，不能有两百美元做本钱吗？

你们不必非做任何事情不可。今生不必，任何时候都不必。你们永远是有自由选择的，在你们重新创造神的经验的过程中，你们可以选择前往任何你们想去的地方，去做任何你们想做的事情。你们可以去往宇宙之轮的任何位置。你们能够以你们想要的任何身份“回来”，也可以“投生”在你们选择的任何次元、实在、星系或者文明。是的，有些人离开时已经是达到光明境界的大师，他们选择了以他们自己原

本的身份“回来”。

你们肯定知道以下这种传说：许多宗师和大师反复地回到你们的世界，在数十年、数百年的光阴里，反复以同样的面貌出现。

你们有个宗教就是建立在这样的传说之上的。它叫做耶稣基督近代圣徒教会。它的立教根基是约瑟·史密斯的说法，他说耶稣在“最后”那次离开之后过了十来个世纪，又回到了地球，这次出现在美国。

所以你们喜欢回到宇宙之轮的哪个位置，就可以回到哪个位置。

话虽这么说，我还是觉得挺郁闷的。我们就不能休息吗？我们就不能抵达涅槃的境界，然后停留在那里吗？我们注定要永远摆脱不了这种“来来去去”、这种“忽而明白，忽而不明白”的怪圈吗？我们踏上的这条永恒的旅途不通往任何地方吗？

是的。这是伟大的真相。你们无需去往任何地方，无需去做任何事情，无需成为任何人，只要成为此时此刻的你就可以啦。

实际上也无所谓旅途这种说法。你目前就拥有你正试图获得的身份。你目前就处在你试图前往的地方。

大师懂得这个道理，从而不再苦苦挣扎。随后大师想要帮助你终结你的挣扎，而当你努力终结别人的挣扎时，你就已经达到了大师的境界。

然而这个过程——这个宇宙之轮——并非令人郁闷的苦役。它光荣地、持续地证实了神是绝对辉煌的，生活中的一切也是绝对辉煌的——而这丝毫不会令人感到郁闷。

我还是觉得挺郁闷的。

我来看看能否改变你的想法。你喜欢性爱吗？

我爱它。

绝大多数人都爱它，不爱它的人肯定对它有着非常怪异的成见。那么，假如我现在告诉你，从明天开始，你能够和每个你垂涎和爱慕的人做爱，你会感到快乐吗？

这不会违背她们的意愿吧？

不会的。我可以做出安排，让每个你想要与之用这种方式庆祝爱情经验的人也愿意跟你这么做。她们将会非常爱慕你。

哇！那太好啦！

条件只有一个：你必须先停下来才能换人。反正你不能毫无间断地从一个走向另一个。

那还要你说。

所以，为了经验这种肉身结合带来的狂喜，你必须也拥有不跟某个人交欢的经验，虽然只是一小会儿。

我想我知道你要说什么啦。

是的。假如狂喜没有停顿，那甚至连狂喜也不再是狂喜。对于肉体的狂喜而言如此，对于灵魂的狂喜而言亦是如此。

这种生活的循环并不令人郁闷，它只会令人欢乐。让人得到纯粹的欢乐，以及更多的欢乐。

真正的大师向来都是欢乐的。你现在渴望停留在大师的境界上。等成为大师之后，你就能够在狂喜之间出入，却永远是欢乐的。你不需要狂喜才能欢乐。你只要知道狂喜是什么就会欢乐。

# Chapter 06

现在我想换个话题啦，如果可以的话，我想谈谈地球的变化。但是在此之前，我有句话想说。你在这里说的许多道理我好像以前听说过。我有时候觉得我反复地听到相同的东西。

那很好啊。因为确实是这样的！正如我早前说过的，这是事先注定的。

本书包含的信息就像弹簧。在收缩的时候，它本身变成许多圈圈。一个圈叠着一个圈，看上去确实是“不断在转圈”。只有当弹簧展开时，你才会发现它以螺旋的形式延伸，其舒展的幅度之大远远超乎你的想象。

是的，你是对的。这里所说的道理大多数都曾被说过许多次，只是措辞有所不同。有时候措辞甚至是相同的。你说得很正确。

等到你吸收这本书的内容之后，你应该能够一字不漏地重述它的要点。假如你愿意的话，这一天会到来的。

好吧，我算是知道了。现在让我们谈论新的话题吧。许多人好像觉得我拥有“通往神的直线电话”，他们想知道的是，我们的星球会灭亡吗？我知道我以前问过这个，但我现在真的想得到直接的回答。许多人现在预言的地球剧变会发生吗？如果不会的话，那些通灵者看到的景象是什么？是虚幻的场景吗？我们是该祈祷呢？还是应该改变？我们能做什么努力吗？或者说只能绝望地坐以待毙？

我很高兴可以回答这些问题，但我们谈论的可不是“新的话题”。

不是吗？

不是的，因为答案我早就给你啦，它包含在我前面几次对时间的解释之中。

你是说“凡是将要发生的事情，都已经发生”那部分吗？

是的。

但“已经发生的事情”是什么啊？是怎么发生的？是什么发生了呢？

是宇宙间所有的事情。宇宙间所有的事情都已经发生。

每种存在的可能性都是事实，都是已经完成的事件。

那怎么可能？我还是不明白那怎么可能。

接下来我会用你容易理解的话来进行解释。看看是否对你有帮助。你见过孩子用光盘玩电脑游戏吗？

见过。

你不觉得奇怪吗，对孩子用操控杆做出的每个动作，电脑是怎么懂得做出反应的呢？

是的，我确实对这个很好奇。

关键就是光盘。电脑知道如何回应孩子做出的每个动作，因为每个可能的动作，及其合适的回应，都已经被放在光盘里啦。

太神奇啦。简直有点超现实。

每个结果，以及造成每个结果的操控动作，都已经被程序编进光盘里，你觉得这很神奇吗？其实不算啦。这只是技术而已。如果视频游戏的技术就让你觉得很厉害，那你应该看看宇宙的技术再说！

请把宇宙之轮当作电脑光盘。所有结局已经存在。宇宙只是等着看你这次选择的是什么。当游戏结束时，无论你是赢是输，或是输赢未决，宇宙将会说：“想再玩一次吗？”

你的电脑光盘不会在意你是输还是赢，你无法“伤害它的感情”。

它只是向你提供再玩一次的机会。所有结局已经存在，而你经验到哪个结局，完全取决于你做出的选择。

这么说，神无非就是一张电脑光盘咯？

其实我不会这么说。但在这整套对话录中，我不断地用各种比喻来讲解道理，以便每个人都能够理解。所以我觉得你把神说成光盘是个很好的比喻。

从许多方面来说，生活就像一张光盘。各种各样的可能性都是存在的，而且都已经发生。你可以从中挑选一种你想要经验的可能性。

这跟你那个关于地球剧变的问题有直接的关系。

许多通灵者说地球将会发生剧变，他们的描述是准确的。他们打开了通往“未来”的窗户，看到了“未来”。问题在于，他们看到的是哪个“未来”？那就像光盘里的游戏结局，并非只有一种。

在某种结局里，地球将会毁灭。在别的结局里，它不会毁灭。

实际上，所有结局都已经发生。别忘了，时间……

……我知道，我知道。“时间并不存在”……

……对的。所以呢？

所以一切事情是同时发生的。

你又说对了。所有已经发生、正在发生和将要发生的事情，现在全都存在。就像电脑游戏里的所有动作都存在于光盘里面那样。所以如果你认为通灵者预言的那些末日场景变成真的会很好玩，你可以把所有心血倾注在那上面，你可以让那种场景在你面前发生。如果你认为你想要经验另一种实在，那么把你的心血倾注给它，你将能够把这种结果吸引到你身边。

总之你就是不肯告诉我地球会不会发生剧变，对吧？

我还等你来告诉我呢。这取决于你们的思维、话语和行动。

关于2000年电脑问题呢？有些人说我们现在所谓的“千年虫”病毒将会使社会和经济系统陷入极大的混乱。是真的吗？

你们觉得呢？你们的选择呢？你认为你们跟这个问题毫无关系吗？我告诉你吧，那么想是不对的。

你真的不肯告诉我们这个问题会造成什么后果吗？

我来这里不是为了预测你们的未来，我也不会那么做。我能够告诉你的就这么多。如果你们不小心，你们确实会去往你们正在去的地方。因此，如果你们不喜欢前面的道路，那么改变方向吧。

我怎样才能做到呢？我如何能够影响如此巨大的结果呢？我们应该如何面对那些通灵者或“灵界权威”的灾难预言呢？

反求诸己。去寻找你内在的智慧。看看你的内心要你做什么。然后照着做。

如果你的内心要你给你们的政治家和工业家写信，呼吁他们对可能导致地球剧变的环境污染问题采取行动，那你就照着去做。如果你的内心要你召集本地区的领导人，为千年虫问题出谋划策，那你就照着去做。如果你的内心要你继续走你的路，每天散发出正面的能量，帮助你周围的人不要陷入能够引起问题的恐慌，那你就照着去做。

最重要的是，别害怕。你不会在任何事件中“死亡”，所以没有什么好害怕的。要明白这是大过程的展开，并安静地认识到，你始终会安然无恙的。

要努力去触碰所有事物中的完美。要认识到你将来所处的地方，恰恰是你在创造你的真实身份的过程中，为了恰好得到你选择的经验而必须在的地方。

这是让心境平和的道路。在所有的事物之中，要看到完美。

最后，别试图“摆脱”任何事物。厌即是恋。这个道理我在第一卷跟你说过，它是对的。

那些为他们“看见”或者“听到”的未来感到悲伤的人，并没有“停留在完美之中”。

还有别的建议吗？

欢欣吧！为生活而欢欣！为自我而欢欣！为那些预言而欢欣！为神而欢欣！

欢欣吧！去玩这个游戏。

把欢乐带给此刻，不管此刻带来的是什么，因为欢乐是你的身份，是你永远的身份。

神无法创造任何不完美的东西。如果你认为神能够创造出不完美的东西，那么你就对神毫无所知。

所以欢欣吧。为完美而欢欣！要微笑、欢欣，并且只看到完美，要知道别人所谓的不完美，将不会以任何对你来说不完美的方式落到你身上。

你是说我能够避开地球偏离其轴心的惨状，可以避免被流星撞得粉身碎骨，不会在地震中被压扁，也不会陷入千年虫引起的混乱之中吗？

你完全可以避免受到所有这些事情的负面影响。

这不是我的问题啊。

但这是我的回答。你要无所畏惧地面对未来，理解生活的过程，并明白这过程中的一切都是完美的。

那种平和、冷静和镇定将会引领你远离绝大多数被别人认为“负面”的经验和结果。

万一你说错了呢？万一你根本不是“神”，只是我丰富的想象力过度活跃的结果呢？

你又想回到这个话题，是吧？

嗯，万一？那又怎样呢？你能想出更好的生活方法吗？

我在这里说的无非就是，面对这些地球毁灭的预言时，要保持镇定、平和和冷静，你将会得到最好的结果。

就算我不是神，我只是“你”，这些话都是杜撰出来的，你能提出更好的建议吗？

不，我觉得我不能。

那跟过去一样，我是不是“神”，不会影响到我讲的道理。

关于这个道理，以及这三部曲中包含的信息，你只要在生活中去实践就好啦。如果你能想到更好的办法，那就采用那种办法。

哪怕这三卷书真的是尼尔·唐纳德·沃尔什写出来的，就书中涉及的话题而言，你也很难找到更好的建议。所以不妨这么想：要么这书是神写的，要么尼尔这个家伙真的太聪明啦。

这有什么区别吗？

区别在于，如果我相信这些话真是神说的，我会更加用心地去听。

我操！难怪我过去费尽苦心送给你们各种各样的信息，你们却对其中的大多数充耳不闻。

嗯，估计我也是这样的。

估计？

好吧，我确实是这样的。

所以这次别充耳不闻啦。你认为这本书是谁带给你的？是你自己。所以如果你不能倾听神，那么就倾听你自己吧。

或者通灵的朋友。

也可以啊。

你又跟我开玩笑啦。不过这引起了另一个想讨论的话题。

我知道。

你知道？

当然啦。你想讨论通灵现象。

你怎么知道？

我是通灵者啊。

你肯定是啊。你是所有通灵者之母。你是最好、最棒、最赞的通灵者。你是通灵者的老板，是通灵者委员会的主席。

老兄，你说得真是……太好啦。

来击下掌吧。

你很酷嘛，哥们。来吧。

我想了解的是，“通灵能力”是什么呢？

你们全部人都有所谓的“通灵能力”。它其实就是第六感。你们所有人对事物都有“第六感”。

通灵能力这种本领无非就是走出你们有限的经验，迈进更为开阔的视野。你觉得你个人能够感受到的东西是很有限的，能够认识的东西也有限，通灵能力就是让你去感受更多，认识更多。这种本领能够让你触及你周围更大的真相，让你感知到一种不同的能量。

要怎样才能培养这种本领呢？

“培养”这个词用得好。这种本领就像肌肉。你们每个人都有，不过有些人选择了去培养它，而有些人却任由它处在原始的状态，弃之不用。

要培养通灵“肌肉”，你必须锻炼它。使用它。每天这么做。时时刻刻这么做。

现在肌肉是有的，但它很小。也很弱。它没得到充分的使用。所以你偶尔有点本能的“触动”，但你不会根据它去行动。你对某些事情有“预感”，但你忽略了它。你会做梦，或者有“灵感”，但你会随它去，很少予以关注。

幸好你没有忽略你对这本书的“触动”，否则你现在就不会看着这些文字。

你认为你看到这些文字是碰巧的吗？是偶然的吗？

所以培养通灵“能力”的第一步是，要认识到你拥有它，而且要使用它。留意你拥有的每次预感，你经验到的每次本能的“触动”。要注意！

然后依照你“认识”到的去行动。别让你的精神说服你忘了它。别让你的害怕拖着你远离它。

但我说的不是那种总是能够找到停车位的通灵本领。我说的是真正的通灵能力。它能够让你看到未来。它能够让你了解人们的秘密，而那些秘密是你用其他方法认识不到的。

我说的就是这种啊。

这种通灵能力的原理是什么呢？我应该听信那些拥有它的人吗？如果有个通灵者预测了我的未来，我是否能改变它，或者我的未来是不容更改的？有些通灵者能在刚看到你的时候就说出许多关于你的

事，这是怎么做到的呢？如果……

等等。你已经提了四个问题啦。别着急，一个一个来吧。

好的。通灵能力的原理是什么呢？

通灵现象有三个规则，它们可以让你理解通灵能力的原理。让我们来看看是哪三个。

1．所有思维都是能量。

2．所有事物都在运动。

3．所有时间都是现在。

通灵者能够经验到通灵现象的结果：能量的震颤。有时候他们脑海中形成一些画面。有时候是某个以文字形式出现的思维。

通灵者对这些能量的感受变得很敏锐。刚开始的时候，这可能不容易做到，因为这些能量非常轻盈，非常多变，非常微妙。就像夏夜最轻柔的和风，你可能感觉到它吹拂过你的头发——但也可能感觉不到。就像远方最轻微的声音，你觉得你听到了，但是无法确定。就像你的眼角余光瞥见的最黯淡的火光，你肯定它就在那里，但是呢，当你转过头去，它却已经消失。无影无踪。它真的存在过吗？

这是初级通灵者总是追究的问题。成熟的通灵者从来不问，因为提出这个问题会把答案赶跑。提出问题需要精神的参与，通灵者最不想做的事情就是让精神来掺和。本能并不寄居在精神之中。要成为通灵者，你必须抛弃你的精神。因为本能居住的地方是灵台。是灵魂。

本能是灵魂的耳朵。

唯有灵魂这种工具，其敏锐程度才足以“捕捉”生活最微弱的震颤，“感受”这些能量，察觉这些能量波，并解读它们。

你拥有的感官是六种，不是五种。它们分别是嗅觉、味觉、触

觉、视觉、听觉和……知觉。

以下就是通灵能力的原理。

每当你拥有某个思维，它会发出能量。它就是能量。通灵者的灵魂捕捉到这种能量。真正的通灵者不会停下来解释它，而可能只是随即说出那种能量带来了什么感觉。这就是通灵者能够说出你正在想什么的原理。

你有过的每种感受都寄居在你的灵魂之中。你的灵魂是你所有感受的总和。它是储藏库。有些感受哪怕已经被你放在那里好多年，真正开放的通灵者也能在此时此地“感受”到它们。这是因为——总而言之——

时间这种东西是不存在的——

所以通灵者能够说出你的“过去”。

“明天”也是不存在的。所有事情就在此刻发生。每个事件发出一道能量波，在宇宙的感光底片留下无法磨灭的图案。在通灵者的视线或者感受中，“明天”的图案仿佛此时正在发生——实际上也是如此。所以通灵者能够预卜“未来”。

从生理方面而言，这是怎么做到的呢？也许在本身实际上并不知情的情况下，由于注意力高度集中，通灵者将他本人的亚分子组成部分散发出去。你可以管这个部分叫做“思维”，反正他的思维极快地冲向太空，以足够快的速度穿过足够远的距离，于是能够回过头来，从远方“看见”你尚未经验到的“现在”。

这是亚分子时光旅行！

可以这么说。

真的是亚分子时光旅行啊！

喂，你再这样大惊小怪我就不说啦。

别，别这样，我不闹啦。我向你保证……真的。请继续。我真的想听你谈谈这个。

好吧。通灵者的亚分子组成部分吸收了它集中注意力看到的画面的能量，随后带着那种能量，极快地回到了通灵者的身体。于是通灵者“看到一幅画面”或者“有了一种感觉”（这时候他往往会打个冷颤），非常努力地争取别对接收到的信息进行任何“处理”，而只是立刻地将它描述出来。通灵者早就学会了不要去质疑他的“所思”、突然的“所见”或者“所感”，而只是尽量让它不受影响地“通过”。

几个星期之后，如果通灵者看见或者“感到”的事情真的发生了，他就会被称为天眼通——当然，他是名副其实的！

通灵者要真的是天眼通，为什么有些“预言”是错误的呢？也就是说，它们并没有“发生”，为什么呢？

因为通灵者所做的不是“预测未来”，他只是在永恒的此刻对“各种可能出现的情况”中的一种进行观察，并说出他看到的景象。做出选择的永远是通灵者解读的对象。他完全可以做出别的选择——跟预言毫无关系的选择。

永恒的此刻包含了所有“可能出现的情况”。这个道理我解释过好几遍了，所有事情都已经发生，以上百万种不同的形式发生。你们只能根据你们的觉悟做出选择。

这纯粹是觉悟的问题。当你改变你的觉悟，你就改变你的思维，而你的思维创造你的实在。你在任何境况中所期待的任何结果都已经存在。你要做的只是去觉察它。认识它。

这就是“甚至在你求之前，我便已做出回应”的意思。实际上，在你祈祷之前，你的祈祷便已得到“回应”。

那么我们为什么得不到我们祈祷的东西呢？

这个问题第一卷讲过啦。你们不会总是得到你们要求的东西，但

你们总是会得到你们创造的东西。创造紧随着思维，而思维则紧随着觉悟。

我听了真是思潮翻涌啊。虽然我们以前谈过，但我还是觉得很兴奋。

是吧？所以反复提起这个道理是很好的。多听几次，你就有机会将它牢牢记住。然后思绪就不会因为它而“翻涌”。

如果一切事情统统正在发生，是什么决定了我在“此刻”经验到的事情呢？

你的选择——以及你对你的选择的信念。这种信念由你对某个特定对象的思维创造出来，而这些思维则来自你的觉悟——也就是是“你看待该对象的方式”。

所以通灵者会看见你现在对“明天”所做的选择，看见那个选择造成的结果。但真正的通灵者总是会告诉你，事情不是非得那样。你可以“重新选择”，从而改变结果。

实际上等于我可以改变我已经拥有的经验！

正是如此！现在你明白啦。现在你懂得如何在矛盾中生活啦！

但如果它“已经发生”，那么它是发生在谁身上呢？如果我改变了它，经验到那种变化的“我”是谁呢？

在时间轴上运动的“你”不止一个。这个道理第二卷已经详细地解释过。我建议你重新阅读那本书。然后把那里面的内容和这里所讲的道理结合起来，你会理解得更好。

好吧。就听你的。但我还想继续谈谈这个通灵者的话题。许多人自称是通灵者。我怎样才能分辨真假呢？

每个人都是“通灵者”，所以他们都是“真的”。你想寻找的是他们的目的。他们是打算帮助你，还是丰富他们自己？

那些追求丰富他们自己的通灵者——所谓的“专业通灵者”——往往许诺用他们的通灵能力去做某些事情：“挽回爱人的心”，“带来财富和名望”，甚至帮助你减肥！

他们保证他们能够做这些事情——但这是要收费的。他们甚至会“解读”别人，比如说你的老板、爱人或者朋友，然后把他们的情况告诉你。他们会说：“带着对方的东西来找我。围巾，照片，或者他们亲手写的字。”

他们能够把别人的情况告诉你。通常说得很准。因为每个人都会留下一些线索，一些蛛丝马迹，一点能量的残留。真正敏锐的人能够接收到这些。

但真正的通灵者不会说他能够让别人回到你身边，促使某个人改变主意，或者用他的通灵“能力”去创造任何结果。真正的通灵者毕生致力于培养和使用这种天赋，他知道别人的自由意志是永远不容践踏的，别人的思维是绝不容破坏的，别人的灵性空间是绝不容侵略的。

我记得你说过没有“对”和“错”。怎么突然冒出来这么多“绝不”？

每次我说“可以”或者“绝不”时，我是根据你们想要完成的任务、你们试图做到的事情来说的。

我知道你们所有人都寻求进化和灵魂的成长，回归到天人合一的境界。你们对你们的身份有过许多美妙的构思，你们想要实现其中最伟大的设想，成为最美好的自己。你们个人有这样的追求，人类整体也有这样的追求。

喏，我的世界里并没有“对”和“错”，这我已经说过许多次。你们不会因为曾经做出“坏”的选择而在地狱中遭到永恒之火的炙烤，因为“坏”是不存在的，“地狱”也是不存在的——当然了，除非你们认为它真的存在。

尽管如此，物质宇宙也有其内在的自然规律——其中之一便是因果律。

下面是一条极为重要的因果律：

自我最终会经验到一切由其引起的后果。

这句话是什么意思呢？

凡是你促使别人经验到的，终有一天你也会经验到。

你那些新时代的道友有句话说得更漂亮。

“种瓜得瓜，种豆得豆。”

是的。有些人知道这是耶稣的指示：你们愿意别人怎样对待你们，就要怎样对待别人。

耶稣这句话是在教人们因果律。它可以被称为第一律。有点像寇克、皮卡德和珍妮薇接收到的第一指令。

哇，神居然也爱看《星际迷航》！

你开玩笑啊？那些故事有一半是我写的。

最好别让吉恩听到你这么说。

拜托……是吉恩让我这么说的。

你跟吉恩·罗登贝瑞有联系啊？

我跟天文学家卡尔·萨冈、科幻作家罗伯特·海因莱因等人都有联系。

你知道吗，我们不该开这种玩笑的。这会让整套对话录的可信度大大降低。

我知道。与神对话必须是严肃的。

嗯，那样至少比较可信啊。

我在这里提起吉恩、卡尔和鲍勃就不可信了？回头我要告诉他们。好啦，回到如何分辨通灵者是真是“假”的问题。真正的通灵者认识并执行第一指示。所以呢，如果你去求真正的通灵者替你“挽回爱人的心”，或者拿着别人的手帕、信件去求她解读这个人的灵气，她将会告诉你：

“对不起，这我不做。我绝不干预、妨碍或者踏足别人所走的道路。

“我绝不以任何方式影响、诱导或者左右他们的选择。

“我不会向你透露任何人的隐私或者个人秘密。”

如果有人说能够为你提供这些“服务”，那个人肯定是你们所说的神棍，他是在利用你自己的人性弱点和缺陷来榨取你的钱财。

但有些通灵者会帮人寻找失踪的亲人，比如说被诱拐的儿童，比如说离家出走的少年，他们由于死要面子而不给家里打电话，虽然心里特别想打；或者帮警察确定某个人——无论是死是活——的所在，这又怎么说呢？

当然，这些问题的答案是显而易见的。真正的通灵者总要避免的是将他的意志强加给别人。她只提供服务。

请通灵者联系死去的人是没问题的吧？我们可以试图接触那些“先走”的人吗？

你为什么要这样做呢？

看看他们是否有些话要告诉我们，要对我们说。

如果“阴世”的人有事情想让你知道，他们会有办法让你知道的，别担心。

那些“先走”的姑姑姨妈、叔叔舅舅、兄弟姐妹、父亲母亲、配偶恋人正在继续他们的旅途，经验彻底的欢乐，走向大彻大悟的境界。

如果他们有一部分想要回到你身边，来看看你过得怎么样，让你知道他们现在很好，你要相信他们真的会回来。

然后你要寻找“信号”，并去领会它。别忽略它，别认为它无非是你的想象，是“一厢情愿”，或者是巧合。寻找那种信息，并接受它。

我认识一位女士，当她在照顾弥留的丈夫时，她哀求说：如果他非走不可，要回来看她，让她知道他是好好的。他答应了，并在两天后去世。不到一个星期后的某天夜里，那位女士醒了过来，因为她觉得有人刚刚坐在床沿，就在身边。等到她睁开眼时，她敢发誓她看到了自己的丈夫，就坐在床尾，朝她微笑。不过她眨了眨眼，重新看去，她丈夫已经不见。后来她跟我说起这件事，她说那肯定是她的幻觉。

是的，这种情况很常见。你们接收到各种信号，明显的、无可辩驳的信号，然而你们却忽略它们。或者将它们贬为你自己的精神对你耍的花招。

你们对这本书也做出了与此相同的选择。

我们为什么这样做呢？我们总是想要某样东西，比如说这三部曲包含的智慧，等得到之后，却拒绝相信它，为什么呢？

因为你们怀疑神的能力。你们就像多马，非得看到、摸到、碰到才肯相信。然而你们渴望认识的东西是不能被看到、摸到和碰到的。它属于另一个领域。那个领域尚未对你们开放，你们尚未做好准备。但是你们也别苦恼。当学生准备好的时候，老师就会出现。

让我们回到原来的问题吧。那么你的意思是说，我们不该去找通灵者或者灵媒，跟那些在阴世的人取得联系，是吗？

我并没有说你们应该或者不该做任何事情。我只是不知道那样做有什么意义。

好吧，那么假如你有某些话想对死者说，而不是想从死者那里听

到某些话呢？

你居然认为你说的话他们会听不到？你们若是想起那些生活在所谓的“阴世”的生灵，哪怕只是不经意间想起，他们的意识就会飞到你身边。

你们若是想起或者怀念某个你们所谓的“死者”，那人的精魂将会清楚地知道。这种交流不必借助某种灵媒。爱是最好的“灵媒”。

但是双向的交流呢？灵媒对双向的交流有帮助吧？这种交流可能存在吗？或者只是无稽之谈？这种交流危险吗？

你问的是和鬼魂的交流。是的，这种交流是存在的。它危险吗？实际上，如果你害怕的话，凡事都是“危险”的。你会创造出你害怕的东西。然而宇宙间其实没有可怕的事情。

你爱的人不曾远离你，他们与你的距离就在一念之间，而且当你需要他们时，他们将会在你身边，随时解答你的困惑，安慰你，给你建议。如果你特别想知道某个你爱的人是不是过得“好”，他们将会给你发送信号，发来“信息”，让你知道他们一切都好。

你甚至不必召唤他们，因为要是察觉到你的气场有哪怕最轻微的紊乱或者不安，那些在今生爱过你的灵魂就会贴近你，靠近你，向你飞来。

他们在新的世界学到的道理之一是，他们随时可以向他们爱的人提供帮助和安慰。如果你真的向他们敞开心扉，你将会感受到他们令你安心的存在。

有些人“对天发誓”说他们看到死去的亲人出现在房间里，看来这些故事是真的。

绝大多数是真的。人们能够闻到他们爱的人的香水或者古龙水，或者嗅到他们抽过的雪茄的味道，或者隐约听见他们从前喜欢哼唱的歌曲。或者他们的私人物品会突然不知道从哪里冒出来。手帕、钱

包、袖扣或者首饰会“莫名其妙”地“出现”。在椅子坐垫或者旧杂志堆下面被“找到”。原来在那里。有时当你怀念某个人，为其死亡感到伤心时，这个人的照片会突然出现在你眼前。这些事情不是“碰巧发生”的。这些事情并不是偶然在“恰当的时候”“恰好发生”。我告诉你吧：宇宙间没有偶然。

这种现象是极其常见、极其必然的。

喏，现在回到你的问题：你需要某个所谓的“灵媒”或者“渠道”来和那些离开身体的生灵进行交流吗？不需要的。这种“灵媒”有帮助作用吗？偶尔会有。还是那句话，这要看通灵者或者灵媒是什么人，以及他们的目的是什么。

如果有人非要收取高昂的费用才肯帮你做这些事情，才肯“牵线搭桥”，那么你要赶快远离他，越快越好。那个人可能只是为了骗钱。如果你与“灵界”接触的需要或者愿望遭到利用，这些人可能会诱骗你接连几个星期、几个月、甚至几年反复地去找他们，那是不足为奇的事情。

有的人就像那些亡灵，只想提供帮助，他们本身并不想得到回馈，但为了维持他们的事业，他们必须得到一些回报。

如果有这样的通灵者或者灵媒同意帮助你，请你尽量反过来帮助他们。别因为他们极其慷慨大方就占他们便宜，不要少给报酬，或者根本不给，而是能给多少就给多少。

有些人是真正为这个世界服务的，他们真心地想要分享智慧和知识、洞察力和理解力、关怀和同情。去找到这些人，供奉这些人，慷慨地供奉他们。向他们致以最高的敬意。向他们奉上最多的供物。因为这些人是光明使者。

# Chapter 07

我们已经讨论过许多问题啦。老兄，我们真的讨论了很多。现在可以换个话题吗？你做好这个准备了吗？

你呢？

好了呀，我现在迫不及待。我总算做好准备啦。我想把这三年来一直想问的问题都提出来。

没问题。问吧。

你很酷嘛。我现在想谈论的是另一种神秘现象。你能跟我讲讲转世吗？

当然。

许多宗教说转世这种教义是骗人的，我们只能活一次，只有一个机会。

我知道。那种说法并不准确。

它们怎么可以弄错这么重要的事情呢？它们怎么会不知道这么基本的事情的真相呢？

你必须明白的是，人类拥有许多以害怕为根基的宗教，它们的核心教义是这样的：神是用来崇拜和害怕的。

正是借由这种怕，你们整个人类社会方可实现从母权统治到父权统治的转变。正是借由这种怕，早期的神职人员方可使人们“洗心革面”和“遵守天主的教导”。正是借由这种怕，各种教会方可吸收和控制教众。

其中有个教会甚至言之凿凿地说，如果你不在每个星期天都去教

堂，神将会惩罚你。它宣布不去教堂是一种罪。

而且不是去随便哪个教堂就可以哦。人们必须只去某类教堂。如果你去了其他教会的教堂，那也是一种罪。这纯粹是试图利用恐惧心理来对人们进行操控。令人吃惊的是，这样居然有效。这种见鬼的做法直到今天还有效。

喂，你是神啊。别说粗话。

谁说粗话啦？我只是实话实说而已。我说的是："这种见鬼的做法直到今天还有效。"

人们只要相信神就像凡人——粗鲁、自私、心胸狭隘、睚眦必报，他们将会永远相信地狱确实存在，而且神会送他们到地狱里去见鬼。

从前，绝大多数人并不认为神会比凡人高尚。所以他们接受了许多宗教的训诫："要害怕天主令人颤抖的报复。"

人们似乎认为他们自己天生就有缺陷，光靠自我监督的话，是无法与人为善、循规蹈矩的。所以他们不得不创建宗教，训诫教众相信神是愤怒的、小肚鸡肠的，以此来让他们自己安分守己。

而转世的观念则打乱了这些宗教的如意算盘。

怎么会呢？是什么让转世的教义拥有如此巨大的威力呢？

以前，教会宣称：你们最好乖乖听话，否则就会怎样怎样。然后转世论者走过来对人们说："这个机会之后，你们有另一次机会，而且那之后又有别的机会。反正你们有许多机会。所以别担心。努力做到最好就可以。别因为太过害怕而不敢动弹。向你们自己保证你们将会做得更好，然后去实现这种诺言。"

早期的教会自然不乐于听到这样的言论。所以它采取了两种措施：首先，它宣布转世是异教徒的理论；其次，它创造了忏悔圣礼。

忏悔能为教徒提供转世论许诺的东西。也就是说，能够给他另一次机会。

所以自那以后我们便有了这种理论：神会因为你犯下各种罪行而惩罚你，你要是坦白那些罪行呢，神就不予追究啦。你只要忏悔就可以安心，因为神会听见你的忏悔，并原谅你。

是的。但这其实是个圈套。这种解决方法不可能直接由神来执行。它必须通过教会，由教会的神职人员宣布一些必须做到的“悔罪仪式”，通常是罪人必须做的祈祷仪式。这样就有两个理由使你必须成为教徒啦。

教会发现忏悔圣礼带来了大量的信徒，所以它很快就宣布，不参加忏悔圣礼是一种罪。每个人必须至少每年参加一次。如果有人不这么做的话，神将会因此而发怒。

教会颁布的戒条越来越多——其中许多是武断而多变的，而且每道戒条都假借了神的威势：你要是违反了它，就会受到神永恒的诅咒；当然，你要是忏悔，那就另说啦。人们只要忏悔就能得到神的原谅，避免受到诅咒。

但现在问题又出现啦。人们推断出这肯定意味着他们可以为所欲为，只要事后忏悔就可以。教会于是陷入了困境。害怕已经离开人们的心。信徒急剧减少，信徒去教堂的次数也越来越少。人们每年去教堂“忏悔”一次，念出他们的“悔罪词”，让他们的罪行得到赦免，然后继续过他们的日子。

这么做是没有问题的。教会必须找到办法，再次将害怕灌进人们的心。

教会于是发明了炼狱。

炼狱？

是的。炼狱被说成是一个类似地狱的地方，但下炼狱不是永久性

的。这条新教义宣称，哪怕你为你的罪行进行了忏悔，神还是会因为它们惩罚你。

按这条教义的说法，神会根据每个不完美灵魂所犯罪行的种类和次数，施以相应的刑罚。罪行可分为“重罪”和“轻罪”。如果你犯了重罪，并且生前没有忏悔，那么死后就会直接下地狱。

去教堂参加仪式的信徒再次多了起来。供奉也多了起来，尤其是来自信徒的捐款——因为炼狱的教义中有这么一条：人们可以花钱抵罪。

不会吧……？

依照该教会的教义，人可以获得特赦，但它同样不是直接来自神，而只能来自该教会的掌权者。这种特赦可以使人彻底免遭因犯罪而应得的炼狱刑罚——或者至少是免去一部分。

听起来有点像犯人“因为表现良好而提前释放”？

是的。不过能够得到这些缓刑优待的，当然只是少数人。这些人通常给该教会捐赠了数目惊人的金钱。

若是捐出的金额足够巨大，捐赠人便可获得彻底的赦免。这意味着根本无须下炼狱。这等于是通往天堂的直达车票。

能够得到神的这种特殊恩惠的人就更少啦。可能只有皇亲国戚，以及超级富豪了。为了交换这些彻底的赦免，捐赠人要付出大量的金钱、珠宝和土地。但平民百姓完全无缘于此，这使他们感到极其沮丧和怨恨。

那些赤贫的农民根本没有希望获取主教的赦免——所以老百姓对这种宗教失去了信仰，去教堂参加仪式的人又变得越来越少。

这回他们采取了什么措施呢？

他们带来了许愿烛。

人们可以去教堂，为那些“炼狱里的可怜灵魂”点燃许愿烛；他们可以念诵许愿经（这些经文有特定的次序，要分成九天念完），以此来减少神为他们已亡故的亲人定下的“刑期”，让其早日脱离炼狱。

他们无法为自己做什么事情，但至少可以祈求神怜悯逝者。如果每点燃一支蜡烛，就往随喜箱投一两个钱币，那当然是有帮助的。

于是许多小小的蜡烛在许多红色的玻璃后面闪烁，许多纸币和硬币被投进了许多随喜箱，人们希望这么做能让那些在炼狱里受苦受难的灵魂好过一点。

哇！这太离谱啦。人们真的看不穿这些把戏吗？难道人们不明白这是某个绝望的教会想要让其信徒为了免遭那个他们称为神的绝望者所害而绝望地去做各种事情的绝望尝试吗？人们真的买这些东西的账吗？

当然啦。

怪不得该教要宣称转世论是骗人的。

是的。然而我在创造你们的时候，并没有安排你们只能活一辈子（跟宇宙的年龄相比，你们的一辈子其实就像电光石火般短暂），去犯许多你们注定要犯的错误，然后希望能够得到最好的结局。我曾经想过要用这种方式来创造你们，但是我实在想不出理由。

你们肯定也想不出。所以你们不停地说诸如“天主的行事神秘莫测，他施行许多奇迹”之类的话。但我的行事并不神秘莫测。我做的每件事都有理由，而且这个理由非常清楚。在这三部曲中，我已经屡次向你解释我创造你们的原因，以及你们的生活的目标。

转世完全符合那个目标：让我能够通过生生不息的人类，以及我安排在宇宙间的其他数百万种有意识的生灵，去创造和经验我的身份。

那么其他星球也有生灵啦？

当然有。你真的相信如此巨大的宇宙中只有人类这种生灵啊？不过这个话题呢，我们以后再谈……

真的吗？

我向你保证。

所以作为灵魂，你们的目标是经验到你们自己是太极的一部分。我们正在进化。我们正在……变化。

变成什么呢？我们现在不知道！我们要到达目的地才知道！但对我们而言，这段旅程就是欢乐。只要我们“到达目的地”，只要我们创造出关于我们的身份的最高想法，我们将会创造出更美好的观念，更高尚的想法，永远地延续这种欢乐。

你能听明白吗？

能啊。现在我简直可以一字不漏地转述你这些话啦。

那很好。

所以呢……你的生活的意义和目标是确定和获得你的真实身份。你每天都在这么做。你用每次行动、每个思维、每句话在这么做。这就是你正在做的事。

喏，只要你对此感到满意，对你目前经验到的身份感到满意，你就可以继续保持这种你创造出来的身份，只对它进行细微的修补，让它逐渐趋向完美。

至上宗师瑜伽难陀是个榜样，在体现对自己的定位方面，他做得近乎“完美”。他对他自己是什么人、他和我之间是什么关系有非常清楚的观念，而且他用毕生去“体现”那种观念。他想要在他的实在中经验到他对他自己的观念，想要经验地认识到他自己就是那个。

贝比鲁斯也是这样。他对他自己是什么人、他和我之间是什么关系有非常清楚的观念，而且他用毕生去“体现”那种观念，去用自己的

经验认识他自己。

生活在这个境界的人并不多。当然，宗师和贝比对自身的观念是截然不同的，然而他们各自非凡地将其展现出来。

他们两个人对我的看法也肯定是不同的，他们对我的身份的认识，以及对他们和我的真正关系的认识，也停留在不同的境界。这些不同的意识境界则反映在他们的思维、话语和行动上。

瑜伽难陀生平大部分时间处于祥和冷静之中，并把祥和冷静带给其他人。鲁斯则是焦虑的，烦躁的，偶尔还会发怒（尤其是在他不顺心的时候），让那些生活在他身边的人也感到烦躁。

然而这两个人都很好心（没有人比贝比更加善良），他们之间的区别是，瑜伽难陀几乎没有任何物质财富，但他想要的东西，他都有了；而鲁斯则“拥有一切”，却从来没得到他真正渴望的东西。

如果这是鲁斯的结局，我想我们都会感到有点遗憾，但那个化身为贝比鲁斯的灵魂远未完成这个叫做进化的过程。它有机会回顾它给它自身带来的经验，以及它给别人造成的影响，从而决定接下来它想要经验什么，以便让它自身变得越来越美好。

我们在这里提起这两个灵魂，是因为它们都已经做出决定，确定了他们现在想要经验的东西——实际上，它们目前正在经验那种东西。

你是说它们已经转世为其他人了吗？

如果你认为转世——回到别人的肉身——是他们唯一的选择，那你就错啦。

他们还有什么选择呢？

实际上，他们想要什么选择，就有什么选择。

我已经解释过在你们所谓的死亡之后发生的事情。

有些灵魂觉得有许多事情是他们想要了解的，所以它们去“学校”，请其他灵魂来教导它们。教它们什么呢？就是让它们明白，它们其实什么都不用学。它们没有什么需要学习的东西。它们只需要忆起就可以。忆起它们的真实身份和本质。

它们得到的“教导”是，要经验到它们的身份，它们必须在行动中将那种身份表现出来，必须去成为那种身份。那些教师温和地将这个道理展现给它们看，以便让它们想起来。

其他灵魂在到达“阴间”——或者到达之后不久——时便已忆起这个道理。（我现在用的是你们熟悉的词汇，用你们的说法来表达，尽可能地做到不要以词害意。）这些灵魂可能会立刻寻找这样的快乐：它们无论想变成什么，就能变成什么。我的属性有百万种、亿万种，它们可以从中进行选择，并立刻经验到选中的属性。有些灵魂也许会选择再次以物质的形式那么做。

随便哪种物质形式吗？

是的。

看来灵魂真的可以投胎成动物？神真的可以变成母牛咯？母牛果然是神圣的？我靠！

咳咳。

对不起。

你总是这么喜欢开玩笑。我看你在生活中往往也喜欢苦中作乐。

是的！你说对啦。我真想为你鼓掌喝彩呀。

谢谢你，谢谢你。

但让我们言归正传。

你刚才提出的问题是，灵魂能够投胎为动物吗？答案是能的，当

然能。真正的问题在于，灵魂想要那么做吗？答案是，可能不。

动物有灵魂吗？

每个曾经凝视动物双眼的人都知道答案。

那我如何知道我家的猫不是我奶奶投胎转世的呢？

我们在这里讨论的大过程是进化。自我创造和进化。进化是单向的。它是向上的。永远向上。

灵魂最大的欲望是经验其自身更高的层次。所以在进化的阶梯上，它想要上升，而不是下降，直到它经验到所谓的涅槃——那种天人合一的境界。也就是与我合一的境界。

但如果灵魂渴望经验到其自身更高的层次，它为什么想要再次投胎为人呢？那肯定不是“上升”。

如果灵魂重返人类的身体，那肯定是为了获得更多的经验，从而进化到更高的境界。人类的经验展现了许多不同的进化境界。灵魂哪怕以人类的形式生活了几辈子，甚至几百辈子，也仍可以继续向上进化。然而向上进化这种灵魂最大的欲望，是不能通过重返低级的生命形式而得到实现的。除非灵魂终于达到了重归于太极的境界。

这肯定意味着每天都有“新灵魂”以低级的生命形式出现。

不是的。每个被创造出来的灵魂是同时被创造出来的。我们全都存在于此时此地。但正如我以前解释过的，当某个灵魂（部分的我）达到了终极的实现，它可以选择“从头再来”，真正地“忘记一切”，以便能够再次忆起所有的事情，再次重新创造其自身。神以这种方式继续重新经验其自身。

灵魂也可以选择在特定的境界上以特定的生命形式“轮回”，它想要“轮回”多少次都可以。

若是不能转世，若是缺乏重返某种物质形式的能力，灵魂就不得

不用一辈子来完成它想要完成的每件事，而在宇宙的时间上，人的一辈子其实比十亿分之一次眨眼还要短。

所以呢，没错，转世当然是事实。它是真的，是注定的，也是完美的。

好吧，但还有件事我没搞清楚。你说过时间这种东西是不存在的，所有事情都在此时发生。对吧？

对的。

而且你还说过，你在第二卷很详细地说过，我们“一直”存在于时空连续体的不同层次或者不同位置上。

是这样的。

好吧，但这就让我抓狂啦。如果时空连续体上有许多个“我”，其中一个“死”了，随后变成别人回到这里……那么……那么……我是谁呢？那样的话，我必须同时是两个人才行。假如我总是不停地这么做，你说我确实是，那么我就同时是一百个人！一千个人。一百万个人。是处于时空连续体一百万个点上一百万个人的一百万个变身。

是的。

这我不明白。我无法理解。

其实你理解得算好的啦。这是个非常先进的概念，你对它的理解相当好。

但……但是……假如这是真的，那么“我”——长生不灭的“我”的组成部分——肯定化为亿万种不同的形式，以亿万种不同的方式，于永恒的此刻，在宇宙之轮的亿万个不同位置上进化着。

你又说对了。那恰恰是我正在做的事情。

不是啦。我意思那肯定是我正在做的事情。

也可以这么说。这跟我说的是一样的。

不是啦。我说的是……

我知道你说的是什么。你说的就是我刚才对你说过的。你会感到糊涂，是因为你仍然以为我们并非一体。

我们是一体吗？

我们从来都是一体的。向来都是。你才发现吗？

照你这么说，我是在自言自语咯？

差不多吧。

你是说你并非神？

这我可没说过。

你是说你是神？

这我刚刚说过。

但假如你是神，而你是我，我是你，那么……那么……我就是神！

是啊，你是神。这是正确的。你完全明白啦。

但我不仅是神……我还是其他所有人。

是的。

但……那是不是意味着天地间唯有我，没有其他人和其他事情存在？

难道我没说过“我与父原本是一体”？

说过，但是……

难道我没说过“我们所有人都是一体”？

说过。但以前我不知道你是在实话实说。我以为这句话是个比喻。我以为它更像哲理箴言，而不是陈述句。

它是陈述句。我们所有人都是一体。所以我才会说“只要你们帮助过其中最穷苦的，就等于帮助过我”。

你现在懂了吗？

懂啦。

你总算懂啦。你终于懂啦。

但——别怪我要打破砂锅问到底，但……当我和别人相处时，比如说和我的配偶或者孩子，我觉得我和他们是分离的，他们是有别于“我”的。

意识是神奇的东西。它可以分裂成一千个部分。一百万个部分。一百万乘以一百万个部分。

我已将我自己分裂成无穷多个“部分”——以便我的每个“部分”可以回头观望其自身，看见我的身份和本质的神奇之处。

但我为什么必须经历这段遗忘和怀疑的时期呢？现在我仍然没有完全相信！我仍然逗留在遗忘之中！

别这么苛求你自己。这是大过程的组成部分。你这样没什么不好的。

那你现在为什么要告诉我这些呢？

因为你开始觉得不好玩啦。生活开始变得不再是快乐。你深陷于大过程之中，乃至忘了它只是个过程。

所以你呼唤我。你恳求我来找你，帮你理解，向你展示神圣的真

相，向你揭露最大的秘密。那个你向自己隐瞒的秘密。关于你的身份的秘密。

现在我已经做到。我再次促使你忆起那真相和秘密。这有用吗？这会改变你明天的行为吗？这会促使你今晚对事物的看法发生变化吗？

现在你会治愈受伤者的创痛、安抚害怕者的焦虑、满足赤贫者的需要、欢庆成功者的辉煌、在目光所及处都看到我的身影吗？

这种对真相的最新忆起会改变你的生活，并促使你去改变别人的生活吗？

或者你会回归遗忘的境地，坠回自私的深渊，重返并再次寄居于你在这次醒悟之前对你自己的身份的狭隘想象之中？

会是哪种呢？

# Chapter 08

生命其实是会永远延续下去的，对吧？

它肯定是这样的啊。

它是不会终结的。

是啊。

转世是真的。

是的。你可以随时随意回到凡躯——也就是会“死亡”的肉身。

何时回来是我们决定的吗？

是的，“是否”与“何时”回来都由你们决定。

我们也可以决定什么时候离开吗？在什么时候死亡是我们选择的吗？

凡是灵魂遇到的经验，没有哪次是违背其意愿的。也就是说，是不可能违背其意愿的，因为灵魂创造着所有经验。

灵魂什么都不想要。灵魂拥有一切。一切智慧，一切认识，一切力量，一切光荣。灵魂是你那从来不睡、不曾遗忘的组成部分。

灵魂渴望身体渴望的东西吗？不。灵魂的欲望是，你们永远不会死。然而如果灵魂认为留在身体里面再也没有意义，那么它会立刻离开身体——改变其身体形式，丢弃原先的身体。

既然灵魂的欲望是我们永远不会死，我们为什么还是会死呢？

你们不会死。你们只是改变了形体。

假如灵魂的欲望是我们永远不那么做，我们为什么还是会那么做呢？

那不是灵魂的欲望！

你们都是“变形金刚”！

假如停留在某个身体里面再也没有用处，灵魂将会主动地、自愿地、欢乐地改变形体，然后在宇宙之轮上前进。

欢乐地？

非常欢乐地。

没有灵魂在懊恼中死去吗？

灵魂不会死——永远不会。

我是说，假如现有的肉身正在发生变化，正要“死亡”，灵魂不会感到懊恼吗？

身体不会“死亡”，只是随灵魂改变形状而已。然而我明白你的意思，所以我暂时使用你们已经习惯的说法。

假如你清楚地知道，你进入所谓的阴世之后想要创造的是什么；假如你坚定地相信，死后你将能够拥有重归于神的经验，那么答案是不会的，灵魂永远不会为你说的死亡感到懊恼。

这样的死亡是光荣的时刻，是美妙的经验。灵魂可以回到它的自然形式，它的正常状态。那种状态是令人难以置信的轻盈，灵魂会感到彻底的自由，无拘无束的自在。灵魂还会意识到它与天地万物融为一体，感到极乐而圣洁。

在这样的转变中，灵魂是不可能会懊恼的。

那么你是说死亡是一种快乐的经验咯？

对于那些希望如此的灵魂来说，是的，永远是的。

好吧，既然灵魂特别想要离开身体，它为什么不干脆离开呢？它为什么还要在身体中逗留呢？

我并没有说“灵魂想要离开身体”，我说的是，当灵魂离开身体时，它是快乐的。这是两回事。

你可以在做某件事时感到快乐，然后做第二件事时也感到快乐。你做第二件事时感到快乐，并不意味着你做第一件事时是不快乐的。

灵魂与身体相处时并非不快乐。恰恰相反，灵魂很高兴处在你目前的形体之中。这并不排除灵魂离开它时同样感到快乐的可能性。

关于死亡，还有许多是我弄不清楚的。

是的，这是因为你不喜欢思考它。然而你必须对死亡和丧事进行深思，方能对生活有彻底的理解，否则你就无法理解生活的全部，而只是认识到它的一半。

每个时刻都在开始的刹那间终结。假如你不明白这个道理，你就不明白它的可贵之处，你就会称之为寻常的时刻。

每次交往都在“开始展开”的刹那间“开始结束”。唯有真正地思考过和深入地理解了这个道理，你才能得到蕴含在每个时刻——以及生活本身——中的财富。

如果你不理解死亡，生活不能将其自身给你。你必须做的不仅是去理解它。你必须热爱死亡，甚至必须像你热爱生活那样去热爱它。

如果你认为和别人的每次相处都是最后一次，你和那人相处的时光将会变得美好。如果你认为每个时刻都是最后的时刻，你对那时刻的经验将会变得极其丰富。拒绝思考你自己的死亡，等于拒绝思考你自己的生活。

那样的话，你将看不到生活的真面目。你将会虚度光阴，浪掷它

为你提供的一切。你连它的外表都没看见，遑论看到它的本质。

当你深深地注视某样东西，你会看到它的本质。深入地思考某样东西能够让你看到它的本质。然后幻象将会消失。然后你看东西就能看到它的真面目。唯有到那个时候，你才能真正地享受它——也就是说，才能赋予它以欢乐。（“享受”就是让某样东西变得令人欢乐。）

到时候甚至连幻象你也能享受。因为你认识到它是幻象，这种认识本身就能让你欢乐。你会感到痛苦，正是由于你认为生活这种幻象是真实的。

凡是你认识到它并不真实的事物，均不会让你感到痛苦。让我重申一遍。

凡是你认识到它并不真实的事物，均不会让你感到痛苦。

生活就像电影，像戏剧，在你的精神舞台上演出。你正在创造背景和角色。你正在撰写台词。

当你认识到生活中的一切皆是虚妄，你就不会感到痛苦。

死是虚妄，生亦如此。

当你明白死亡也是幻象，那么你就能够说：“死亡啊，你的毒刺在哪呢？”

你甚至能够享受死亡！你甚至能够享受别人的死亡。

这似乎很怪异吧？这话听起来很怪异吧？

那只是因为你并不懂得死，也不懂得生。

死绝不是终结，而永远是开始。死亡是门的开启，不是门的关闭。

当你明白生命永存时，你将会明白死亡是你的幻象，它让你非常

关注你的身体，从而促使你相信你是你的身体。然而你并非你的身体，所以你的身体的毁灭和你毫不相干。

死会教你懂得生方是真。生会教你懂得不可避免的并非死，而是无常。

无常是唯一的真相。

没有什么是恒定的。一切都在变化之中。每时每刻都在变化。

任何东西只要是恒定的，便不能存在。因为哪怕恒定这个概念，也要无常来对照才能有意义。所以恒定即是无常。深深地看着这句话。思考这个真相。理解它，然后你就能理解神。

这是法，这是佛。这是佛法。这是教诲与教师。这是点拨与大师。这是目标和观者。它们是融为一体的。

它们从来不曾不是一体。是你将它们分开，以便你的生活能在你面前展开。

然而当你看着生活在面前展开，别让你自己因之而分心。让你的自我保持完整！要明白生活是幻象！要享受它！但别变成它！

你不是那幻象，而是它的创造者。

你处在人世间，但并不属于它。

所以要利用你的死亡幻象。要利用它！让它变成钥匙，打开那扇让你对生活有更多了解的门。

假如你认为花终究要凋零，那么你看花时将会感到悲伤。假如你认为花是变化着的整棵树的一部分，很快将会结出果实，那么你将会看到花的美丽。如果你明白花开花谢表示树木将要结果，那么你就理解了生活。

仔细地看这段话，你将会明白生活就是其自身的隐喻。

请永远记得，你不是花，甚至也不是果。你是树。你的根深深地扎入在我里面。我是你赖以成长的土壤，你的花、你的果将会重归于我，创造出更肥沃的土壤。是以生孕育生，永远不知死为何物。

这种说法很漂亮。非常、非常漂亮。谢谢你。现在你能替我解开某个困惑吗？我想谈谈自杀。结束自己的生命为什么是一种禁忌呢？

是啊，为什么呢？

你是说自杀没有错吗？

这个问题不可能有你满意的答案，因为它本身包含了两个谬误的概念；它的基础是两个谬误的假设；它包含着两个错误。

第一个谬误的假设是，有“对”和“错”这样的东西存在。第二个谬误的假设是，生命是可以被“杀死”的。所以你的问题一经仔细推敲就会分崩离析。

“对”和“错”是人类价值系统中两个哲理性的极点，而人类的价值系统跟终极实在毫无关系——这个道理我在这三卷对话录中反复地讲过。再者，在你们自己的系统中，“对”和“错”的标准也不是固定不变的；你们的价值观总是不停地改变。

你们一直在改变你们对这些价值观的看法，让它们更适合你们。这原本是理所当然的事情，因为你们是进化着的生灵。然而在这条路上的每一步，你们都坚持认为你们没有这么做，坚持认为不变的价值观才是凝聚你们社会的核心力量。因而你们把社会建立在矛盾的基础之上。你们不断地改变价值观，与此同时却又宣称那些不变的价值观才是……呃……才是有价值的！

要解决这个矛盾引起的各种问题，对策不是将冷水洒在沙子上，指望沙子会凝固，而是为沙子的变动不居而欢庆。当沙子保留着你们筑成的城堡形状时，请为它的美丽而欢呼；但是当潮水涌来时，也请为沙子的新形状而欢呼。

为变化着的沙子而欢庆，因为它们形成了新的山脉，让你们可以攀登；在那山脉之上，你们将会建筑新的城堡。然而要明白，这些山脉和城堡是会改变的，不是恒定的。

请赞美今天的你，别谴责昨天的你，更别排斥明天的你。

要明白的是，“对”和“错”是你们杜撰的产物，“可以”和“不行”无非表明了你最新的偏好和想象。

例如，就拿自杀这件事来说吧，你们星球上现在大多数人觉得这种做法是“不行”的。

同样地，你们许多人依然认为，帮助想要自杀的人结束他或她的生命是不行的。

你们说这两种情况“有悖法律”。你们会得出这种结论，可能是因为结束生命这种行动发生得比较快。那些用比较长的时间来结束生命的行为并不违法，哪怕它们造成的结果是相同的。

因而，如果你们的社会上有人用枪杀了他自己，他的家属将得不到保险公司的赔偿。如果他用香烟这么做，那么他们就能得到啦。

如果医生协助你自杀，那会被指责为滥杀无辜；而假如这么做的是烟草公司，那就美其名曰商业行为。

在你们看来，这似乎就是时间早晚的问题。自我毁灭的合法与否——也就是它到底是“对”是“错”——好像只关乎这件事的完成速度，以及完成这件事的人。死得越快，“错”的程度就越严重。死得越慢，就越有可能被认为是“可以”的。

有趣的是，真正讲人道的社会得出的结论将与此正好相反。依据你们对“人道”的定义，死亡的时间越短越好。然而你们的社会却惩罚那些去做合乎人道之事的人，并奖励那些丧心病狂者。

只有丧心病狂的人才会认为神要求人类承受无尽的苦难，快速

地、人道地终结苦难是“错”的。

“惩罚人道者，奖励疯狂者。”

唯有由理解力极其低下的人组成的社会才会将这句话奉为箴言。

你们食用各种致癌物质，吃进添加了化学品（这些东西日积月累会要了你们的命）的食物，吸入被你们不断污染的空气，用这些方法来毒害你们的身体。你们曾数千次用数百种不同的方法来毒害你们的身体，而且当你们这么做的时候，你们完全知道这些东西对你们毫无益处。但是它们要花很长时间才能把你们杀了，所以你们这么做虽然无异于自杀，却免于承担骂名。

假如你用某样见效较快的东西毒死自己，人们就会说你做了违背道德法则的事情。

现在我告诉你吧：快速地杀害自己，并不比缓慢地杀害自己来得更不道德。

这么说，自尽的人不会遭到神的惩罚啦？

我不施罚。我施爱。

经常有人说，那些以为靠自杀可以“摆脱”他们的困境，或者终结他们苦难的人，到了阴间之后，只会发现他们面临着相同的困境和苦难，所以根本就没有摆脱或者终结什么东西。你对这种说法是怎么看的呢？

你们在所谓的阴间拥有的经验反映了你们进入它时的意识。然而你们是拥有自由意志的生灵，可以随时选择改变你们的经验。

我们那些自尽的亲人现在过得很好咯？

是的。他们过得非常好。

有本很棒的书是关于这个题材的，安妮·普瑞尔写的《斯蒂芬活

着》。书中写的是她那个在十来岁时自杀的儿子。许多人觉得这本书很有帮助。

那本书很重要。它对自杀的探讨比我们在这里谈到的要深入很多。看这本书可以疗愈那些因为亲人自杀而悲痛欲绝或者夜不能寐的人的伤痛。

这种悲痛欲绝或者夜不能寐真叫人伤心，但我认为，这是社会强迫我们对自杀采取负面的态度造成的。

在你们的社会，你们往往看不到你们自己的道德体系中自相矛盾之处。有些事你们明知做了会缩短你们的生命，但因为见效较慢，你们就尽情地去做；有些事同样会缩短你们的生命，但因为见效较快，你们就说不能做。这算是人类经验中最明显的矛盾啦。

被你这么一说，矛盾确实很明显。我们自己为什么看不见这么明显的真相呢？

因为如果看到这些真相，你们将不得不为它们去做某些事情。这是你们不愿意做的。所以你们别无选择，只好对其视若无睹。

但如果我们看到这些真相，我们为什么不愿意为它们做些事情呢？

因为你们认为，若要为它们做某些事情，你们将不得不终结你们的快感。终结快感是你们完全不想做的事情。

大多数无异于慢性自杀的事情是能够给你们带来快感的事情。而大多数带给你们快感的事情是满足身体的事情。其实这正标志着你们的社会仍然是落后社会。你们的生活大体上是围绕追求和经验身体的快感而组织起来的。

当然，宇宙各处的生灵都追求经验快感。这本身谈不上落后或高级。这其实是自然规律。社会是否落后，要看它们对快感的定义；对于社会中的生灵来说也是如此。如果一个社会以身体的快感为主要追

求，那么它所处的层次就有别于一个以灵魂的快感为主要追求的社会。

要明白的是，这也并不意味着基督教的清教徒派是对的，所有身体快感都是应该被禁止的。这意味着在高级的社会，肉体快感在人们享受的各种快感中并不占据最大的份额。它并不是主要的目标。

社会越高级，其快感也就越高级；对于生灵来说也是如此。

且慢！这听起来像是价值判断啊。我还以为你——神——并不做价值判断呢。

说珠穆朗玛峰比麦金利峰高是价值判断吗？

说姨妈莎拉的年纪比她的侄子汤米大是价值判断吗？

这些是价值判断还是实话实说？

我并没有说高级的意识境界“更好”。它其实也并不更好。就好像四年级并不比一年级更好。

我只是如实说出四年级的情况而已。

我们这个星球还没上四年级。我们在上一年级。对吧？

我的孩子，你们甚至还没进幼儿园呢。你们是在托儿所。

你这不是欺人太甚吗？我为什么觉得你这是在贬低人类呢？

因为你内心深处极其想要的是某个你缺乏的身份——而不是你现有的身份。

假如你只是对人们实话实说，而谈到的却是对方并不想拥有的东西，大多数人会觉得受到侮辱。

然而在拥有某样东西之前，你无法放弃它。你无法抛弃你从来不曾拥有的东西。

你也无法改变你不予接受的东西。

正是如此。

光明境界始于接受，对“事实”不加判断地接受。

这被称之为进入此在。唯有进入此在，方能找到自由。

厌即是恋。色即是空。也就是说，它不再以其虚幻的形式出现。你会直接看到它的本质。凡是存在的，永远可以被改变。唯有虚无的，才不能被改变。因此，要改变此在，请进入它。别厌恶它。别否认它。

你否认什么，就等于宣布什么。而你宣布什么，就会创造什么。

否认某样东西等于重新创造它，因为恰恰是否认某样东西这种行为使那样东西存在。

接受某样东西让你能够控制它。你否认的东西不受你的控制，因为你说过它并不存在。因此你否认的东西会控制你。

你们人类绝大多数人不想接受你们尚未进化到幼儿园阶段这个事实。绝大多数人不想接受人类仍处于托儿所阶段这个事实。然而正是这种拒绝接受的态度，使你们仍处在托儿所阶段。

你们内心深处太想获得某个你们缺乏的身份（高度进化的生灵），乃至于不去成为你们实际拥有的身份（正在进化的生灵）。因而你们总是在反对自己，在与自己斗争。你们的进化也因此变得非常缓慢。

最快的进化之路始于承认和接受事实，而非始于厌恶和拒绝事实。

假如我不再将实话当作侮辱，那就意味着我已经接受了“事实”。

正是如此。如果我说你的眼睛是蓝色的，你会觉得受到侮辱吗？

所以我告诉你吧：社会或者生灵越高级，其快感也越高级。

你对“快感”的定义，昭示着你的进化程度。

帮我理解“高级”这个词吧。你用这个词是什么意思呢？

你的存在是具体而微的宇宙。你和你的身体是由聚集在七个中心或者脉轮的原生能量构成的。去研究脉轮是什么意思。关于这个题材的书有数百种之多。这是我先前馈赠给人类的智慧。

刺激低级脉轮，或者让低级脉轮感到愉快的东西，跟让高级脉轮感到愉快的东西是不一样的。

你把身体里面的生命能量提升得越高，你的意识层次就越高级。

你看，我们又绕回去啦。这好像是在提倡禁欲嘛。看来这整套理论都在反对性欲的表达。那些拥有“高级”意识的人，在与别人交往时，并不从他们的根轮——也就是第一个脉轮，最低级的脉轮——“出发”。

确实如此。

但我认为在这对话录中你通篇都在说人类的性生活应该得到提倡，而不是压制。

你是正确的。

那我就不懂啦，因为这两者似乎是自相矛盾的。

世界充满了矛盾，我的孩子。真相未必是没有矛盾的。有时候，矛盾中蕴藏着更大的真相。

这就是神圣的二元论。

那你帮助我理解这种二元论呀。因为有生以来我总是听人们说，将“拙火”提炼出根轮是多么“令人愉快”，是多么“高级”。人们说这是

神秘主义者虽然禁欲但能够在生活中感受到狂喜的主要原因。

我发现我们已经偏离了死亡的话题，我为离题万里而道歉……

你干吗要道歉呢？说到哪里是哪里嘛。我们在这通篇对话录中的“话题”是，人性到底意味着什么，这个宇宙中的生活到底是什么样的。这是唯一的话题，而我们刚才谈到的在这话题之内。

想要认识死，就是想要认识生——这个道理我前面已经说过。既然我们已经聊起那种创造生命、享受生命的美好的行动，那么不妨接着聊下去。

我们先来再次弄清楚一件事。“高度进化”未必意味着所有的性行为都要遭到摈弃，所有的性能量都要遭到提升。不然的话，任何地方都不会有“高度进化”的生灵存在，因为所有的进化将会停止。

这个道理是显而易见的。

是的。如果有人说，非常神圣的人从不性交，禁欲标志着他们的神圣，那么这个人并不懂得生活本来的功能。

让我用非常清楚的话来阐明这个道理。假如你们想要一根标尺，用它来判断某件事情对人类是否有益，那么请问你们自己一个简单的问题：

如果每个人都做这件事，那会怎么样呢？

这个标准很简单，也很准确。假如每个人都做一件事情的结果是给人类带来极大的益处，那件事情就是有助于“进化”的事情。如果每个人都做它的结果是给人类带来灾难，那么它就不是一件值得推荐的“高级”事情。你同意这个看法吗？

当然。

那么你应该也同意这个观点：真正的大师永远不会说禁欲是通往大师境界的必经之路。然而你们却莫名其妙地认为禁欲是“高级的道

路”，性表达是“低级的欲望”；这让你们觉得性经验是可耻的，并引发了对性的愧疚感和性功能障碍。

如果反对禁欲的理由是禁欲会使人类无法繁衍，那么当性履行了这种功能之后，我们是不是就不再需要它了？

人们会做爱，并不是因为他们意识到他们有延续人类血脉的责任。人们会做爱，因为做爱是自然而然的事情。这种行为由基因决定。你们只是遵守生物命令律而已。

正是如此！基因信号促使人们去解决人类的生存问题。但人类的延续得到保障之后，“忽略这种信号”是否就是“高级”的行为呢？

你误读了这种信号。这种生物命令目的不是保证人类的生存，而是去经验天人合一的状态，那是你们存在的真实本质。当你们达到合一的境界时，新的生命就会被创造出来；但创造新生命并非追求合一的缘由。

如果繁衍子息是性活动的唯一理由，如果性生活无非是一套“生育系统”，那么你们再也无须和别人性交。你们可以从培养皿中用化学元素合成生命。

然而这将无法满足灵魂最基本的冲动；灵魂最想做的其实不仅是繁衍，而是重新创造出你们的真实身份和本质。

那种生物命令要求你们做的不是创造更多的生命，而是经验更多的生活——以及经验生活的实质：对天人合一的境界的展现。

所以你从不阻止人们性交，哪怕他们早过了生儿育女的年龄。

当然。

可是有人说，生够孩子之后，人们就应该停止性交，因为这些继续进行性交的夫妇只是在满足最卑贱的身体欲望。

是有人这么说。

他们还说这并不“高级”，而只是畜生的行为，人的本质要比这个高贵得多。

这让我们回到了脉轮或者能量中心的话题。

刚才我说过：“你把身体里面的生命能量提升得越高，你的意识层次就越高级。”

是啊！那似乎等于说“别性交”。

不，它没有那个意思。不是你理解的那样。

让我回到你刚才的话，并澄清一件事：性交谈不上低贱或者污秽。你们必须将这种观念赶出你们的头脑和你们的文化。

充满激情与欲望的性经验也谈不上卑贱、粗俗或者“有失体面”，更谈不上肮脏。生理冲动并非“畜生的行为”的表征。这些生理冲动是与生俱来的，是我安置在你们体内的。

你们以为是谁安置的呢？

然而人与人之间的反应是很复杂的，有许多种，生理冲动只是其中之一。别忘了你们是三相的生灵，有七个脉轮。当你们的三相七轮同时向对方做出反应，你们就能拥有梦寐以求的巅峰经验——那种你们生来就追求的经验！

这些能量没有哪一种是不神圣的，然而如果你们只选择其中一种能量，那就是偏执啦。那就不是全面发展！

假如你们没有全面发展，你们就没有做到最好的自己。如果说有什么是不神圣的，没有做到最好的自己就是。

哇！我明白啦。我明白啦！

我从来没有颁布戒条，要求那些选择达到“高级”境界的人禁欲。我只发出邀请。邀请不是戒条，然而你们却把它变成戒条。

我也没有邀请你们别再性交，而是邀请你们别再偏执。

无论你们在做的是什么事，无论是在性交、吃早餐、去上班、在海边漫步、跳绳，还是正在阅读一本好书，你们都要全心全意地去做它，出自三相七轮地去做它。

如果你以低级的脉轮去性交，单独从根轮出发去性交，你将错失这种经验最美好的那部分。然而如果你是爱对方的，与对方性交时从七个能量中心出发，你就能得到巅峰的经验。这怎么可能不神圣呢？

是不可能。我无法想象这种经验是不神圣的。

所以呢，我邀请你们将身体里面的生命能量提升到顶轮，并不等于我建议或者要求你们隔绝底层的通道。

如果你们将能量提升到心轮，甚至提升到冠轮，这并不意味着能量不能停留在根轮。

实际上，如果它不停留在根轮，你们的轮脉就断啦。

当你们将生命能量提升至较高的脉轮，你们可能会选择跟别人性交，也可能不会做出这个选择。但就算你们不选择，那不是因为跟别人性交会违反某种神圣的宇宙法则，也不会因为不跟别人性交能让你们进入更为“高级”的境界。如果你们选择与别人性交，这种选择不会使你们“堕落”到根轮的层次——除非你们做了与断绝底层通道恰好相反的事情：断绝上层通道。

所以我的邀请——这不是戒条，而是邀请——是这样的：

尽可能在每个时刻将你们的能量、你们的生命力量提升到最高层次，你们将会进入高级的境界。这跟性交或者不性交毫无关系。这意味着无论你在做什么事情，你都要提升你的意识。

我明白！我懂啦。不过我不知道如何提升我的意识。我也不知道如何通过脉轮提升生命能量。我想大多数人甚至都不知道脉轮在什么

部位。

渴望更多地了解这种“灵理学”的人很容易找到足够多的相关知识。我以前用非常清楚的文字披露过这些知识。

你是建议大家去看别的作者写的其他作品吗？

是啊。去看迪帕克·乔普拉的作品。他是你们星球上当今最清楚的阐释者。他懂得灵性的奥秘，和灵性的科学。

有些别的使者也很优秀。他们的书不仅描绘了如何提升身体里面的生命力量，还教你们如何离开你们的肉体。

通过阅读这些书，你们可以忆起放弃身体是多么的欢乐。到时你们将会明白，你们如何能够不再害怕死亡。你们将会理解这种二元论：何以灵魂在身体之中是欢乐的，摆脱身体也是欢乐的。

# Chapter 09

生活有点像学校嘛。我记得以前每年秋季第一天上学时总是很兴奋，但等到学期结束，我又迫不及待地想放假。

正是如此！准确无误！你真是一语中的啊。确实是这样。只不过生活并非学校。

是的，我记得。你在第一卷解释过。在那之前，我以为生活就是“学校”，我们来到人世是为了“学习我们的课程”。你在第一卷帮了我很大忙，让我明白这种说法是错误的。

我很高兴。那就是我们用这三部曲想要做到的——让你灵台清净。在“死亡”之后，灵魂未必会为“生活”懊恼，反倒可能感到非常快乐。这里面的缘故和原理你现在清楚地知道啦。

但你前面提过一个更大的问题，我们应该来解答它。

哪个问题啊？

你说：“既然灵魂特别想要离开身体，它为什么不干脆离开呢？”

是哦，我说过。

嗯，灵魂确实会离开身体。我的意思不是说灵魂只在“死亡”时像我刚才解释的那样离开。但它离开并非因为不高兴。而是因为它想要重新获得力量，焕发活力。

它经常这么做吗？

每天都这么做啊。

灵魂每天离开身体？在什么时候呢？

当灵魂渴望得到更大的经验时。它发现这种经验能让它充满活力。

它只是离开吗？

是的。灵魂总是离开你们的身体。在你们的一生中，它不断地离开。所以我们发明了睡眠。

灵魂在睡眠时离开身体？

当然。这就是睡眠的本质。

不妨这么说吧，在你们的一生中，灵魂定期需要充电加油，以便它能够搭乘你们称为肉身的这种载体继续跋涉下去。

你认为灵魂寄居在你们的身体里面容易吗？不容易的！这也许很简单，但绝对不容易！这也许是一种快乐，但并不容易。这是你们的灵魂做过的最困难的事！

灵魂认识你们无法想象的轻盈和自由，它渴望再次进入那种状态，就像喜欢上学却又渴望放暑假的儿童。就像渴望有人陪伴然而在有人相伴时却又渴望独处的成年人。灵魂追求的是真正的存在状态。灵魂是轻盈与自由。灵魂还是祥和与欢乐。它更是无限与无痛、完美的智慧与完美的爱。

它是所有这些，而且不只是这些。然而当它停留在身体之内时，它很少经验到这些东西。所以它为自己做了安排。它告诉自己，创造和经验它现在为自身选择的这种身份需要多长时间，它就待在身体里面多长时间——但前提是只要它愿意，它随时可以离开身体！

它每天都这么做，借助的是那种被你们称为睡眠的经验。

“睡眠”是灵魂离开身体的经验？

是啊。

我原本以为我们睡觉是因为身体需要休息呢。

你搞错啦。事实恰好相反。灵魂想要休息，所以促使身体“睡觉”。

每当灵魂厌倦了束缚，厌倦了处在身体之内带来的沉重和缺乏自由的状态，它就会真的抛弃身体（有时候是在身体还站立着时）。

每当灵魂想要“加油”，每当它疲于应付所有虚假的现实和想象出来的危险，每当它希望再次与精神相连，让精神得到再次的抚慰、休憩和觉悟，它就会直接离开身体。

初次拥抱身体时，灵魂发现这种经验极其难受。它会非常疲累，新进入身体的灵魂尤其如此。所以婴儿睡很多觉。

抵受了再次受到身体羁绊带来的第一波冲击之后，灵魂对这种羁绊的忍耐度开始有所增加。它待在身体里面的时间会变得更长。

与此同时，你那个叫做精神的组成部分开始遗忘——这是早已注定的。灵魂现在不那么频繁飞离身体，但仍是每天进行。即使是这样，它仍无法将精神带回记忆之地。

实际上，在这些时刻，灵魂也许是自由的，但精神可能是迷糊的。因而，整个存在会问：“我在哪里呀？我在这里创造什么呢？”这些探索通往的旅途可能是痛苦的，甚至是可怕的。你们称这些旅程为“噩梦”。

有时候会发生恰好相反的事情。灵魂将会到达一个极佳的记忆之地。现在精神可能会有所醒悟。这会让它充满祥和与欢乐——当你回到身体时，你在身体里面也将经验到祥和与欢乐。

你的整个存在若是更多地经验到这种充电带来的宽慰，更多地忆起它进入身体时正在做什么、试图做什么，你的灵魂选择离开身体的次数就会越少，因为现在它已经知道，它进入身体是有原因和目标的。它的愿望是完成那个目标，尽可能利用它处于身体之内的所有时

间。

拥有伟大智慧的人很少睡觉。

你是说，根据一个人睡眠时间的多寡，可以判断那人的进化程度？

是的，大致上可以吧。差不多可以这么说。不过有时候灵魂离开身体，只是为了离开的极大欢乐。它可能不是为了让精神再次觉悟或者让身体再次充满活力。它可能只是选择再次创造那种认识到与天地万物合一之后的狂喜。所以说一个人睡得越少，进化程度越低并不总是正确的。

尽管如此，下面这种情况也不是偶然的：假如有些生灵越来越明白它们要用身体来干什么，越来越明白它们不是它们的身体，身体只是它们的一部分，那么它们将愿意和能够花更多的时间与身体相处，从而显得“需要很少的睡眠”。

有些生灵甚至选择了同时经验处于身体之内时的遗忘状态和灵魂的合一状态。这些生灵能够训练他们自己的一部分在他们仍处于身体之内时不要辨认出身体，从而在无须失去人类知觉的情况下，去经验认识他们的真实身份带来的狂喜。

他们是怎么做到的呢？我怎样才能做到呢？

这是个觉悟的问题，只要达到彻底觉悟的境界就可以，这我以前说过的。你无法做到彻底觉悟，你只能处于彻底觉悟的状态之中。

怎样才能处于那种状态之中呢？你肯定可以赐我几样工具。

就创造这种经验而言，日常入定是很有用的工具。借助入定，你可以将你的生命能量提升到顶轮……甚至可以在你“清醒”时离开你的身体。

入定能让你在身体处于清醒状态的情况下做好经验彻底觉悟的准

备。这种准备状态被称为真正的清醒。你不必非得打坐入定才能经验到这种状态。入定只是一种手段，一种你所说的“工具”。但不是说为了经验到这种状态，你非得打坐入定不可。

你也应该知道，入定的方式不仅是打坐入定。还有停顿入定。散步入定。做事入定。性交入定。

入定是真正清醒的状态。

当你在这种状态中停顿下来，只要在路上停下来，停下你的脚步，停下你正在做的事情，只要停顿片刻，只要停在你所处的地方，你随时随地可以入定。停顿是快乐的，哪怕只停顿片刻。你慢慢地环顾四周，发现许多当你匆匆走过时不会注意到的事物。比如雨后浓郁的泥土芬芳。比如爱人左耳上方的一绺秀发。比如看到孩子在玩耍时真正美好的心情。

你不必离开你的身体，也能拥有这种经验。这是真正清醒的状态。

当你在这种状态中行走，你将闻到每朵花儿的芳香，将随着每只鸟儿而飞翔，将听见脚下的每次声响。你将会发现美丽与智慧。美丽随处可见，生活中的一切皆是美丽。你不必去寻找它。它自己会来找你。

你不必离开你的身体，也能拥有这种经验。这是真正清醒的状态。

当你在这种状态中“行事”，你将把所做的事都变成入定，进而将其变成礼物和馈赠，由你送给你的灵魂，由你的灵魂送给太极。洗碗时，你享受抚摸你双手的水流的温暖，并为水流和温暖而欢欣赞叹。用电脑工作时，你看见字词在你面前的屏幕出现，顺应你的手指的命令，并为精神与身体这种得心应手的协调能力而雀跃鼓舞。准备晚餐时，你感受到带来食品的宇宙对你的爱，而你则用你所有的爱来做这顿菜肴，以此作为回馈的礼物。这跟晚餐的丰盛或俭朴无关。爱能够

将清汤变成珍馐。

你不必离开你的身体，也能拥有这种经验。这是真正清醒的状态。

当你在这种状态中经验到性能量的交换，你将会明白关于你的身份的最高真相。你的爱人的心将会变成你的家。你的爱人的身体将会变成你自己的身体。你的灵魂将不再以为其自身是与万物分离的。

你不必离开你的身体，也能拥有这种经验。这是真正清醒的状态。

做好准备之后，你便处于清醒状态。一个微笑就能使你入定。一个微笑便已足够。只要暂时停下所有事情，并微笑。不为任何事。只因为微笑的感觉很好。只因为你的心知道一个秘密。因为你的灵魂知道那个秘密是什么。为此而微笑。常常微笑。这将会治愈你所有病痛。

你问我要几样工具，我正在把它们送给你。

呼吸。这是另一种工具。长长地、深深地呼吸。缓慢地、温柔地呼吸。在柔和而甘美的、充满能量和充满爱的生命之空无中呼吸。你呼吸的是神的爱。深深地呼吸，你便能感受到它。深深地、深深地呼吸，那种爱将会让你哭泣。

为快乐而哭泣。

因为你遇到了你的神，你的神把你介绍给你的灵魂。

拥有这种经验之后，你的生活将会变得不同。人们说起他们曾经“爬上山顶”，或者“潜入圣洁的狂喜”。然后他们的生活永远被改变了。

谢谢你。我明白啦。这是很简单的事情。这些是简单而纯粹的行动。

是的。但你要知道的是，有些人入定了许多年，却从未拥有这样的经验。这肯定是因为他们的心态不够开放，意愿不够强烈。也因为他们事先太想得到这种经验。

我应该每天入定吗？

所有的事情都无所谓“应该”或者“不该”。问题不在于你应该做什么，而在于你选择做什么。

有些灵魂想要清醒地行走。有些灵魂发现，世间绝大多数人都是在梦游，无意识地行走。他们正在没有意识地度过一生。然而清醒地行走的灵魂选择的道路与此不同。它们选择的是别的道路。

它们想要经验与天地万物合一带来的所有祥和与欢乐、无拘无束与自由自在，还有智慧与爱。这种经验它们不仅想在身体入睡时抛开身体去得到，而且也想在它们唤醒身体时得到。

当某个人的灵魂创造出这样的经验，人们会说“他清醒了”。

“新时代思潮”的信徒则称这个过程为“意识提升”。

你用什么名称都无所谓（话语是最不可靠的交流形式），反正只有清醒地生活才可能拥有这种经验。然后呢，这种经验就会变成彻底的觉悟。

那么你最终彻底觉悟到的是什么呢？你最终彻底觉悟到的是你的身份。

每日入定是一种让你可以达到这种境界的方式。然而它需要你持之以恒，下定决心去追求内在的经验，而不是外在的回报。

请记住，秘密存在于沉默之中。因而最甜美的声音是沉默的声音。这是灵魂的歌。

如果宁可相信人世的喧嚣，也不愿相信灵魂的沉默，你将会迷路。

看来每日入定是个好主意。

好主意？是的。然而请再次认识我刚说过的道理。灵魂的歌可以有许多种唱法。甜美的沉默之声可以许多次被听到。

有些人在祈祷中听到沉默。有些人在工作时唱这首歌。有些人在安静的沉思中寻找秘密，有些人则到吵闹中去找。

当你达到大师的境界，甚至只要偶尔经验到它，尘世的喧嚣将会消歇，纷扰将会平息，哪怕你正处于喧嚣和纷扰之中。生活中的一切将变成入定。

到时生活中的一切皆是入定，你在其中沉思什么是神圣。这被称为真正的清醒，或者觉悟。

若以这种方式去经验，生活中的一切都是美好的。挣扎、痛苦和忧愁不再存在。剩下的只有经验，你可以选择给它贴上任何你喜欢的标签。你可以给全部经验贴上完美的标签。

把你的生活和生活中的所有事件当作入定。清醒地行走，不要梦游。在觉悟而非糊涂中行动，别在怀疑和害怕中徘徊，也别在愧疚与自责中踯躅，要永远相信你是被深爱着的，要居住在这种信念的辉煌之中。你永远和我是一体。我永远欢迎你。欢迎你回家。

因为你的家就在我心里，我的家也在你心里。我邀请你在活着时明白这个道理，因为你死后肯定会明白它。然后你将会认识到，死亡根本是不存在的，你所谓的生与死是同一种无尽经验的两个部分。

我们就是现今存在的万物，是曾经存在的一切，是将来存在的全部，是永无止境的世界。

阿门。

# Chapter 10

我爱你，你知道吗？

知道。我也爱你。你知道吗？

我渐渐知道。我真的开始知道啦。

好啊。

# Chapter 11

你愿意跟我谈谈灵魂的事情吗？

当然。我会尽力在你的理解力的有限范围内解释的。但如果你觉得有些话在你听来“没有意义”，千万不要感到沮丧。别忘了，你是通过一个过滤器接受这些信息的——而这个过滤器是你设计的，用来防止你忆起太多的事情。

请再次让我想起我为何要这么做。

如果你忆起一切，这游戏将会结束。你来到这里是有特殊原因的，如果你明白所有事情的来龙去脉，你的神圣目标将会受到阻挠。有些事情是人类目前这种意识层次永远无法理解的，这是理所当然的事情。

所以别试图破解所有的奥秘。反正别试图一下子解开全部奥秘。给宇宙一个机会。它会渐次展现其自身。

请享受这种渐变的经验。

欲快必先慢。

正是如此。

从前我父亲经常这么说。

你父亲是个聪明优秀的人。

没有多少人会这样形容他。

没有多少人了解他。

我母亲了解他。

是的，她了解的。

她爱我父亲。

是的，她爱的。

也原谅我父亲。

是的，她原谅的。

虽然我父亲有过许多伤害她的行为。

是的。她理解了，爱了，也原谅了，所以她从前是一个很棒的模范，一个美好的导师，现在也仍然是。

是的。好啦……你愿意跟我讲讲灵魂吗？

我愿意。你想知道什么呢？

让我们从这个简单的问题开始吧：答案我已经知道，但这个问题可以给我们开个头。有人类灵魂这种东西吗？

有的。它是你的存在的第三相。你是三相的存在，由身体、精神和灵魂组成。

我知道我的身体在哪里，我能看见它。我想我也知道我的精神在哪里——它就在我身体上那个叫做脑袋的部位。但我不知道我的灵魂……

且慢。暂时打住。你刚才说错啦。你的精神并不在你的脑袋里。

真的啊？

真的。你的大脑是在你的头颅里。但你的精神却不。

那么它在哪里呢？

在你身体的每个细胞里。

不会吧……

你所谓的精神其实是一种能量。它是……思维。思维是能量，不是物体。

你的大脑是物体。它是人类身体最大、最复杂但并非唯一的生物化学装置。身体用它来将你们的思维能量翻译或者转化成生理冲动。你的大脑是转化器。你的整个身体也是。你每个细胞都是小小的转化器。生物化学家经常说，个体细胞——比如说血细胞——似乎有它们自己的智力。实际上它们确实有。

不但细胞如此，身体更大的组成部分也是如此。这个星球上每个人都知道，某个身体部位往往显得有它自己的想法……

是的，每个女人都知道，如果男人容许那个部位影响他们的选择和决定，他们会有多荒唐。

有些女人利用这种知识来控制男人。

这是无可否认的。有些男人也通过那个地方做出的选择和决定来控制女人。

这也是无可否认的。

想知道如何终结这个循环吗？

肯定想啊！

方法我们前面其实已经讲过啦，就是提升生命的能量，让它涵盖全部七个脉轮。

当你做出选择和决定的出发点比你刚才提到那个小小的部位更大，女人就不可能控制你，你也不会想到要控制她们。

女人会想到要用这种操纵的方法，原因只有一个，那就是她们似乎找不到别的控制方法，至少找不到效果相当的方法，而且不加控制的话，男人往往会变得，嗯，会变得失控。

然而如果男人能够更多地展现他们更为高尚的品质，如果女人能够更为喜欢男人的那些品质，所谓的“性别战争”将会结束。你们星球上其他任何种类的战争也都会结束。

正如我早前说过的，这并不意味着男人和女人应该放弃性，或者说性是人类的本性中较为低级的一部分。这仅意味着，如果不将性能量提升到高级的脉轮，并和其他构成整个人的能量相结合，由性能量单独催生的选择和结果并不是整个人的如实反映。这些选择和结果通常不是那么高尚。

你的整体是高尚本身，然而凡是不反映你的整体的，都不那么高尚。所以如果你想要保证你做出的选择或者造成的结果是不高尚的，那么你尽管单独从根轮出发去做决定。然后观察结果。

那结果将完全不出所料。

嗯。我想我明白了。

你当然明白。

人类面临的最大问题不是你们什么时候才能明白事理，而是你们什么时候才肯依照已经学会的道理去行动？

那么精神在每个细胞里……

是的。你大脑里的细胞比身体其他任何部位都要多，所以显得你的精神就在那里。然而大脑只是主要而非唯一的处理中心。

很好。我清楚啦。那么灵魂在哪里呢？

你认为它在哪里呢？

在“天眼”后面？

不是。

在我的胸膛里，心脏的右边，就在胸骨下方？

不对。

好吧，我放弃。

它无所不在。

无所不在？

是的。

那像精神啦。

哎呀。且慢。精神并非无所不在。

不是吗？我刚才听到你说它在身体的每个细胞里。

那又不等于“无所不在”。细胞之间有空隙的。实际上，你们的身体百分之九十九是空间。

灵魂就在这些空间里吗？

灵魂在你身体内部和周围的每个地方。它是接纳你的容器。

且慢！现在轮到你且慢了！以前我接受的教育是，身体是灵魂的容器。不然怎么会有“身体是生命的庙宇”这句话呢？

这是一种比喻的说法。

这句话有助于人们理解他们不仅是他们的身体；他们是某种比身体更大的东西。真的。确实是这样。灵魂就比身体更大。它并不是被囊括在身体之内，而是将身体容纳在它之内。

我有用心在听，但是很难理解你说的话。

你听说过“气场”吗？

听说过啊！这就是灵魂吗？

就你们的语言和你们的理解能力而言，拿这个词和灵魂相比是最贴切的，能够让你们理解灵魂是一种巨大而复杂的实在。灵魂是让你们成为你们的东西——同样道理，神的灵魂是容纳宇宙、使其成为宇宙的东西。

哇。这完全颠覆了我原来的所有想法。

别大惊小怪，我的孩子。颠覆才刚刚开始。

但如果灵魂是——从某种意义上来说——“我们体内和周围的空气”，如果所有其他人的灵魂都是相同的，那么如何区分两个人的灵魂呢？难道……你可别跟我说……

你明白啦？你早就知道答案啦！

原来我们的灵魂和别人的灵魂是没有分界线的！就好像客厅里的空气和餐厅里的空气没有分界线那样！所有空气是融为一体的！所有灵魂是融为一体的！

你刚刚发现了宇宙的秘密。

而且如果你是宇宙的容器，就像我们是我们身体的容器那样，那你和我们之间便没有分界线！

（咳咳）

你的老底被我揭穿了很尴尬吧？反正我揭示了这个神奇的道理！我是说，我从前一直明白这个道理，只是没发现而已——但现在我发现啦！

这让你感觉很棒。对吧？

你知道吗，从前我错误地理解了这个问题，是因为身体是独立的容器，“这个”身体和“那个”身体之间是相互分离的，我又总是以为灵魂寄居在身体之内，所以我会把“这个”灵魂和“那个”灵魂分开。

是的，你有这种想法很自然。

但假如灵魂存在于身体内外每个地方，就像你说的，灵魂就是身体的气场，那么人与人之间的气场会有分界线吗？现在我总算真正明白啦，一个人的灵魂和别人的灵魂之间其实没有分界线，我们全部人其实真的是一体的！

太好啦！你说得太好啦！

以前我总是以为这是一个玄学的真理。现在我明白它是个物理学的真理啦。天哪，原来宗教可以变成科学！

这我早就跟你说过了呀。

但我还有个疑问。假设一个人的灵魂和别人的灵魂之间没有分界线，那是不是意味着个体的灵魂这种东西是不存在的？

可以说是，也可以说不是。

你倒是挺高深莫测的嘛，真不愧是神啊。

谬赞啦。

但是坦白说，我希望你回答得更清楚一点。

让我歇会吧。我们聊得太快了，你现在写得手发痛呢。

你说对啦，真是龙飞凤舞也赶不上。

是啊。所以我们休息片刻吧。每个人都放松一下。我准备向你们大家解释这个道理。

好啊。说吧。我准备好啦。

你记得我曾有许多次跟你提起神圣二元论吗？

记得啊。

嗯，这也是神圣二元论之一。实际上，它是最大的神圣二元论。

我知道。

假如你想要在我们的宇宙优雅地生活，那么认识神圣二元论，并彻底地了解它是很有必要的。

所谓神圣二元论，就是说两个明显相互矛盾的真相，能够同时并存于相同的地方。

现在你们星球上的人们觉得这很难接受。他们喜欢有条有理，凡是不符合他们观点的东西，都会自动遭到拒绝。由于这个原因，每当两种实在同时展现其自身，并显得彼此矛盾，人们会立刻认为其中肯定有一个是错的、假的、伪的。要非常成熟的人才会明白并接受这个道理：它们其实都可能是真的。

然而在绝对领域（它和你们生活在其中的相对领域截然相反），很明显的事实是，有时候，用相对领域的标准来衡量的话，太极这种真相产生的结果是自相矛盾的。

这被称为神圣的二元论，它是人类经验非常真实的组成部分。正如我刚才说的，你们几乎不可能优雅地生活，除非接受这个道理。不接受的话，你们将会永远牢骚满腹、怒火攻心、焦躁不安，徒劳地寻求“正义”，或者热切地试图调和各种相互冲突的力量，可是那些力量其实是不可调和的，而且正是因为它们之间有这样的矛盾，我们想要的效果才会出现。

实际上，相对领域是有赖于这些矛盾而存在的。比如说好和坏之间的对立。终极实在是没有好和坏这种东西的。在绝对领域，一切皆

是爱。然而你们在相对领域里创造出这种你们称为“坏”的经验，你们这么做的理由是很充分的。你们想要经验到爱，而非仅仅认识到爱是太极。可假如宇宙间的一切皆是爱，你们无法经验到任何东西。所以你们从前在你们的实在里创造出好和坏的对立（如今你们每天仍在这么做），借用其一来经验其二。

于是我们拥有了一个神圣二元论——两个看似相互矛盾的真相同时存在于相同的地方。具体来说，这两个真相分别是：

好和坏这种东西是存在的。

宇宙间的一切皆是爱。

谢谢你向我解释这个道理。你以前讲解过这个道理，但谢谢你又帮助我更好地理解神圣二元论。

别客气。

喏，我刚才说过的，我们正在讨论的是最大的神圣二元论。

宇宙万物皆是一体，因此唯有一个灵魂。而这一体中又有许多个灵魂。

这种二元论的原理是这样的：你刚才向你自己阐明了灵魂之间没有分界线这个道理。灵魂是生命的能量，它以气场的形式存在于所有物体的内部和周围。从某种意义上来说，灵魂“裹住”所有物体，让它们各就其位。“神的灵魂”裹住宇宙，“人的灵魂”裹住每个独立的身体。

身体并非灵魂的容器或“住所”；灵魂是身体的容器。

是这样的。

然而灵魂之间没有“分界线”——没有哪个地方是“某个灵魂”的终点和“别的灵魂”的起点。所以裹住所有身体的确是一个灵魂。

正确。

然而那唯一的灵魂却“觉得”它是许多个体灵魂。

确实如此，我确实有这种感觉，这是事先安排好的。

你能向我解释其中的原理吗？

能啊。

灵魂固然并非彼此分离，但在物质领域里，那唯一灵魂的实质却拥有各种不同的速度，产生了各种不同的密度。

各种不同的速度？怎么把速度扯进来啦？

生命无非就是振动。你们所谓的生命（也可以说你们所谓的神）是纯能量。那种能量总是不停地振动着。它不停地波动着。各种以不同速度振动的波产生了各种不同的密度或者各种强度不等的光。这反过来又在物质世界制造了你们所谓的不同“效果”——实际上也就是各种不同的物体。尽管这些物体迥然有别，彼此独立，但产生它们的能量却是相同的。

我想回到你刚才举的那个关于客厅和餐厅之间的空气的例子。你这个突如其来的比喻很好。它算得上是灵感。

我也不知道刚才是怎么想到的。

是我让你想到的啊。喏，你刚才说，那两个房间里并没有哪个地方是“客厅的空气”开始之处和“餐厅的空气”结束之处。情况确实如此。然而“客厅的空气”确实在某个地方没有那么浓。也就是说，它飘散了，变“稀”了。“餐厅的空气”也是如此。你离餐厅越远，就越闻不到晚餐的味道！

屋子里的空气是相同的空气。餐厅的空气不是“独立”的。然而餐厅的空气却肯定像是“别的空气”。首先，它的味道不同！

所以呢，由于空气拥有不同的性质，就显得它似乎是不同的空气。但它其实不是。所有空气是相同的，虽然似乎有区别。在客厅里你闻到火炉的气息，在餐厅里你闻到晚餐的香味。甚至你可能会走进某个房间，然后说“哇，好闷呀。让我们透透气”，好像房间根本没有空气。可是房间里当然有许多空气。你想要的是改变它的性质。

于是你从外面带进来某些空气。可是那也是相同的空气。在所有事物里里外外流动的空气只有一种。

真酷啊。我全懂啦。我喜欢你用我能完全听懂的语言来向我解释宇宙。

嗯，谢谢你。我会努力让你听懂的。让我接着说吧。

请讲。

如同你屋子里的空气，生命的能量——我们称其为“神的灵魂”——在环绕不同物体的时候，具有不同的性质。实际上，那种能量是以特定方式聚合，形成了这些物体。

在能量粒子凝聚形成物质的过程中，它们变得非常密集。凑起来，挤在一起。它们开始“显得”、甚至“觉得”是独特的个体。也就是说，它们开始显得“分离于”、“有别于”所有其他能量。然而这全是相同的能量，无非是行为有所不同而已。

正是这种不同的行为，使得太极有可能化为万物。

道理我在第一卷已经解释过，太极不可能经验到其自身便是太极，除非它培养出这种区分的能力。所以太极生两仪，分出了阴和阳。（现在我尽量让这个道理变得非常简单。）

那些凝聚成人体这种独特个体的“能量块”就是你们所谓的“灵魂”。部分的我变成了许许多多的你们，这就是我们在这里谈论的东西。因而出现了这样的神圣二元论：

我们只有一个。

我们有许多个。

哇——那很了不起耶。

要你说哦。

那我接着讲下去？

不要啦，打住吧。我觉得好无聊。

好啊，请继续！

好的。

能量在凝聚的过程变得，正如我刚才说的，非常密集。但离这个密集点越远，能量就变得越分散。“空气变得稀薄了”。气场消退了。能量不会彻底消失，因为它做不到。它是所有造物的原料。它是宇宙间的一切。然而它可以变得非常、非常稀薄，非常微弱——几乎“并不存在”。

然后呢，在别的地方，在其自身的其他部位，它能够再次凝聚，再次“固化”，形成你们所谓的物质和看起来有独立形状的物体。现在两个物体显得彼此分离，而其实那种分离是根本不存在的。

这些非常简单和初级的文字解释了整个物质宇宙的奥秘。

哇。但这是真的吗？我怎么知道这整套说法不是我杜撰出来的？

你们科学家已经发现，所有生命的基质是相同的。

他们从月球带回岩石，发现那岩石和地球上的树木有相同的基质。他们取出树木的一部分，发现树木和你们的身体有相同的基质。

我告诉你吧：我们的基质是相同的。

我们大家都是相同的能量，以不同的方式聚合、压缩，创造出不同的形态和不同的物质。

没有什么“物质”本身是物质。也就是说，没有任何东西是靠其自身成为物质的。耶稣曾经说：“没有圣父，哪会有我。”万物的圣父是纯粹的思维。这是生命的能量。这是你们所谓的绝对之爱。这是男神和女神、最初和最终、起始和末尾。这是鸿蒙的状态、不动的动者、最初的源头。这是你们自有时间伊始便想要理解的。这是伟大的秘密、无尽的谜团、永恒的真相。

我们唯有一个，所以这一个就是现在的你。

# Chapter 12

看着这些文字，我心里充满了敬畏。谢谢你以这种方式与我同在。谢谢你与我们大家同在。因为已经有数百万的人看过这几卷对话录，还有数百万的人将会看。我们非常感激你到我们心里来。

你们是我最爱的生灵，我一直在你们心里。你们现在能够真正地感受到我在那里，我十分高兴。

我向来与你们同在。我从不曾离开你们。我是你们，你们是我，我们不会分离，永远不会，因为那是不可能的。

可是有些日子我会觉得极其孤单。有时候我觉得我独自在战场上搏斗。

那是因为你离开了我，我的孩子。你抛弃了你对我的觉悟。但凡你觉悟到我的存在，你就不可能感到孤单。

我如何才能停留在这种觉悟之中呢？

把你的觉悟带给别人。别用口头劝说，而是要以身作则。在其他所有人的生活中成为爱（也就是我）的起源。因为你把东西送给别人，就等于送给自己。原因在于我们只有一个。

谢谢你。是的，你从前也曾教我这么做。成为起源。你曾经说，无论你想拥有什么经验，要在别人的生活中成为那种经验的起源。

是的。这是伟大的秘密。这是神圣的智慧。你们愿意别人怎样对待你们，就要怎样对待别人。

你们在这个星球上创造和平快乐生活的过程中遇到的所有问题、所有冲突和所有困难，都是因为你们无法理解并遵从这个简单的道理。

我明白啦。你又把这个道理说得如此通俗，如此清楚，所以我能懂。我会努力做到不要再次“丢失”它。

你无法“丢失”你送出去的东西。请永远记住这一点。

谢谢你。我能再向你提几个有关灵魂的问题吗？

我还想谈谈你目前正在过的生活。

好啊。

你刚才说，有时候你觉得你独自在战场上搏斗。

是啊。

哪个战场？

这只是比喻性的说法啦。

我看不是。我觉得它显示了你（和许多人）对生活的真实看法。

你脑海里认为人生是一个“战场”——有某种战争在其上进行。

嗯，有时候我是这么想的。

人生其实不是那样的，它不必非显得像战场不可。

恕我直言，我很难相信你这句话。

所以你在现实中才会觉得人生是战场呀。因为你相信什么，就会把什么变成现实。然而我告诉你吧：你的生活原本不必是斗争，现在和将来也不必。

我曾经送给你几样工具，让你可以用来创造最美好的实在。我们在这套尚未结束的对话录中曾谈过很多。你知道它们是什么吗？

思维，话语和行动。

很好。你记住啦。我曾经赐给米尔德丽德·辛克雷灵感，让我的这位灵性导师说出这句话：“你生来就拥有宇宙的创造能力，它就在你的舌尖之上。”

这句话蕴含着令人震惊的意义。下面这个来自我的另一个导师的真相也是：

“既然你已经相信，就让你看到它发生吧。”

这两句话都跟思维和话语有关。我的另一个导师说的这句话则和行动有关：

“始于神，终于行动。行动是创造中的神——或者被经验到的神。”

你说过这句话，在第一卷。

第一卷是通过你披露出来的，我的孩子；与此相同，所有伟大的道理，都是由得到我点拨的人披露出来的。那些愿意接受我赐予的灵感、无畏地和公众分享这些灵感的人，都是我最伟大的导师。

我不知道我自己算不算。

看过你受我点拨后写下的这些话语的，已经有数百万人。

数百万人啊，我的孩子。

这些话语已经被翻译成二十四种语言。它们的影响遍布全世界。

你认为一个人要达到什么样的标准才配得上伟大导师的称号呢？

要以其行动而非话语为标准。

这是非常机智的回答。

我这辈子的行动并不高尚，我当然不配成为导师。

有史以来的导师有一半被你刚写下的文字抹杀啦。

这句话是什么意思啊？

这句话的意思，等同于我借海伦·舒克曼之笔在《奇迹课程》中写下的那句话：为人师者，未必不需要学习。

你认为你必须展现出完美的境界，才能教别人如何达到那种境界吗？

虽然你曾犯下你所谓的错误……

——我犯下的错误太多了……

——但是你也展现出很大的勇气，敢于披露你和我的这次对话。

我展现的也许是鲁莽。

你为什么总是要这样贬低自己呢？你们所有人都这副德性！每个人都这样！你们否定你们自己的伟大，也否定我就在你们之内。

我没有啦！我从来没否定过！

不会吧？

好啦，最近没有啦……

我告诉你吧，鸡啼之前，你将会否定我三次。

你每个自我贬低的思维，都是对我的否定。

你每句自我贬低的话语，都是对我的否定。

你每次表现出你自己“不够好”或者有其他任何欠缺的行动，都是对我的否定。不仅是在思维上、在话语上否定我，还在行为上予以否定。

我真的……

——别让你的生活成为别的东西，要让它成为你对你身份的最伟大期许的最美好实现。

喏，你对你自己的最伟大期许是什么呢？难道你没想过有朝一日你会成为伟大的导师吗？

呃……

没想过吗？

想过吧。

那就是啦。那你就是伟大的导师。除非你再次否定。

我不会再否定啦。

真的吗？

真的。

那你证明给我看啊。

证明？

是的。

怎么证明？

现在就说：“我是伟大的导师。”

这个……

说啊，快说。

我是……哎呀，你知道的，问题在于，这些文字统统是要出版的。我清楚地知道，我如今在这本黄色便笺纸上写下的文字将会以图

书的形式出现在某个地方。比如说皮奥利亚的人将会读到这句话。

何止皮奥利亚！北京的人也会读到啊！

好吧，中国人也会读到。这就是我的顾虑。自从第二卷出版那个月起，人们总是问我——骚扰我——第三卷的情况！我努力解释为何这么久还没出版。我努力让他们明白，当你知道整个世界都在观察，在等待，你写这部对话录会有什么感受。这跟第一卷和第二卷不同。我写下那两本对话录的时候没有这种心情。我甚至从来没想过它们会变成书。

不对，你想过的。你内心深处是想过的。

好吧，也许我当时希望它们变成书。但现在我知道第三卷肯定会出版，我在这便笺本上写字的心情是不一样的。

因为你知道每个人将会读到你写的每个字。

是啊。你现在居然要求我说我是伟大的导师。当着这么多人的面，我怎么说得出口呀。

你希望我要求你在私下宣布你自己的身份吗？你觉得那样你心里更有底，是吗？

我要求你公开地宣布你的身份，正是因为现在你是公众人物。我的主要目的就是让你公开地说出那句话。

公开的宣布是期许的最高形式。

你要在生活中最完美地实现你对你的身份最伟大的期许。你要实现这种最伟大的期许，首先就要宣布它。

公开地宣布它。

实现它的第一步是将它说出来。

难道做人不用谦虚吗？不用讲究礼节吗？向我们遇到的每个人宣布我们对自己的最高期许，这么做合适吗？

每个大师都曾这么做。

是的，可是他们并不傲慢。

说“我是生活和道路”不“傲慢”吗？你觉得这还不够傲慢吗？

喏，你刚才说你不会再次否定我，可是过去十分钟你一直在为否定我找借口。

我并不是在否定你。我们在这里谈论的是我对我最伟大的期许。

你对你最伟大的期许就是我！那就是我的身份！

当你否定你最伟大的部分，你就是在否定我。我告诉你吧，在天亮之前，你将会否定我三次。

也可能不会。

是的，也可能不会。这只有你才能决定。只有你才能选择。

有哪个伟大的导师是私下的导师呢？佛陀、耶稣、奎师那——这些不都是公开的导师吗？

是的。但有些伟大的导师并不那么知名。比如我母亲。你前面也说过的。未必要声名远播才能成为伟大的导师。

令堂是先驱，是信使，是铺路人。她以身作则，为你铺下了道路。然而你也是导师。

令堂是多么优秀的导师，你是清楚的，可是她显然没有教你永远别否定你自己。然而你要把这个道理教给其他人。

我想要这么做啊！这正是我想要做的事情！

别“想要”，你不会得到你“想要”的东西。当你说你想要某样东西，你只是宣布你缺乏它——然后你将会一直处于那种缺乏的状态之中。

好吧！好吧！我不“想要”，我选择。

那好多啦。那好太多啦。喏，你选择什么呢？

我选择教别人不要否定他们自己。

很好。你还选择教给别人什么呢？

我选择教别人永远不要否定你——神。因为否定你就是否定他们自己，而否定他们自己就是否定你。

很好。你是选择随意地、“随机地”传授这个道理，还是选择专注地、尽力地传授它？

我选择专注地传授它，尽力地传授它。就像我母亲以前那样。我母亲其实有教我别否定我自己。她每天都教我这个道理。在我认识的人里面，她是最会鼓励人的。她让我要相信我自己，相信你。我应该成为这样的导师。我选择成为这样的导师，向别人传授我妈妈教给我的所有伟大智慧。她毕生都在传道，不仅通过言传，还通过身教。所以她是个伟大的导师。

你说得对，令堂是个伟大的导师。其实你早前说的那个道理也对。一个人确实未必要声名远播才能成为伟大的导师。

我刚才是在“考验”你。我想看你会走向哪里。

我“走向”的是我“该去”的地方吗？

你走向了所有伟大导师去的地方。走向了你自己的智慧。你自己的真相。你必须永远走向这个地方，因为当你教导世人时，你必须从这个地方出发，必须回到这个地方。

我知道。这我是知道的。

那么关于你的身份，你认为最深的真相是什么呢？

我是……

……伟大的导师。

传授永恒真相的伟大导师。

这就对啦。镇定地说，轻柔地说。这就对啦。你内心深处知道这是真相，你只要衷心地说出来就好。

你这不是在自吹自擂，也没有人会觉得你是在自吹自擂。你这不是在大言不惭，也没有人会觉得你是在大言不惭。你并不是在装腔作势，你是坦诚相告，这两者有很大的差别。

每个人内心都知道他们的身份。他们是伟大的芭蕾舞者，或者伟大的律师，或者伟大的演员，或者伟大的一垒手。他们是伟大的侦探，或者伟大的销售员，或者伟大的父母，或者伟大的设计师，伟大的诗人或者伟大的领袖，伟大的建筑师或者伟大的治疗师。他们每个人都是伟大的人。

每个人内心都知道他们的身份。如果他们敞开心扉，如果他们和别人分享他们内心的欲望，如果他们在生活中实践他们内心的真相，那么他们的世界将会充满光辉。

你就是伟大的导师。你认为你这份天赋是从哪里来的呢？

是你给的啊。

那么，当你宣布你的身份时，你只是在宣布我的身份。只要你永远宣称我是起源，没有人会介意你宣布自己是伟大的。

可是你总是要求我宣称我自己是起源。

你就是起源——是一切的起源。你这辈子最熟悉的伟大导师曾经说：“我就是生活和道路。”

他也说过：“所有这些东西都是圣父赐给我的。没有圣父，哪会有我。”

他还说过：“我和圣父是一体。”

你明白吗？

我们唯有一个。

正是如此。

这让我又想起了人类的灵魂。我能再提几个有关灵魂的问题吗？

说吧。

好的。灵魂有多少个呢？

一个。

是的，最大的灵魂只有一个。但那化生万物的太极分解为多少“个体”呢？

喂，我喜欢“分解”这个词汇。我喜欢你这种说法。这种说法让人明白最初的能量将其自身分解为许多个不同的部分。我喜欢它。

我很高兴。那么你到底创造了多少个体呢？灵魂有多少个呢？

我无法以你能够理解的言语回答。

试试看嘛。它是常数吗？或是变数？抑或是无穷数？自从“首批”之后，你有创造新的灵魂吗？

是的，它是常数。是的，它是变数。是的，它是无穷数。是的，我有创造新的灵魂；不是，我没有。

我听不懂。

我知道。

请你帮助我。

你真的这么想知道吗？

什么啊？

“神啊，请你帮助我”这句话好像是你们发誓的时候才会说的？

你真聪明啊。好吧，我真的非常想明白这个道理，神啊，请你帮助我。

我会的。你很坚决，所以我会帮助你——不过我要提醒你，从有限的视角来理解无限是很困难的。不过我们总归要试一试。

真酷。

是的，很酷。好啦，首先我们要注意的是，你的问题有个假设，那就是存在一个叫做时间的领域。实际上，这种领域是不存在的。宇宙间唯有一个时刻，那就是永恒的此刻。

所有曾经发生、正在发生和将要发生的事情，都在此刻发生。没有事情在“从前”发生，因为从前是不存在的。没有事情在“以后”发生，因为以后是不存在的。存在的永远只有此刻。

在此刻，我不停地变化着。因此我“分解”（我喜欢你这个词汇！）自我的份数总是不同的，也总是相同的。由于唯有此刻，灵魂的数量永远是恒定的。但由于你用此时和彼时来理解此刻，它又永远是变化的。前面我们讨论转世、低级生命形式和灵魂如何“归来”时有涉及这个问题。

由于我永远是变化着的，灵魂的数量有无限多。然而在任何特定的“时间点”，它显得是有限的。

有些灵魂在达到终极觉悟的境界、重归于终极实在之后，会自愿“忘记”一切，重新开始。从这个意义上来说，它们算是“新的灵魂”——它们决定移动到宇宙之轮上的新地方，有些选择再次成为“年轻的灵魂”。然而所有的灵魂都是首批出产的，因为所有从前、现在和将来被创造的灵魂，都是在唯一的此刻被创造的。

所以灵魂的数量既是有限的，也是无限的；既是变化的，也是恒定的；这取决于你怎么看它。

由于终极实在具有这种属性，我通常被称为不动的动者。我是那永远运动的，也是那从不运动的；我是那永远变化的，也是那从不变化的。

好吧，我总算明白了。反正在你看来，任何事情都不是绝对的。

一切事情都有可能是绝对的。

也可能不是。

正是如此。准确无误。你真的“明白”了！太好啦！

嗯，其实我觉得我向来都明白这个道理的。

是的。

我不懂的时候除外。

是这样的。

也可能不是。

正是如此。

好啦，我们别饶舌啦。否则这本书就会像是一场闹剧。

也可能不像。书中有些话题是你想认真对待的。

也可能不想。

是的。

那么，再次回到灵魂的主题……

老兄，这是个很棒的书名……《灵魂的主题》。

也许我们将会写这样一本书。

你开玩笑啊？我们已经写啦。

也可能还没写。

这是真的。

也可能不是。

反正你无法确定。

除非你已经确定。

你看到了吗？你渐渐明白啦！你正在忆起生活的本质，你正在拿它来开玩笑！现在你又回到那种“轻松生活”的状态啦。你的心情变得轻盈了。这是达到光明境界的象征。

很酷啊。

非常酷。那意味着你很劲爆！

对啊。这就是“在矛盾中生活”。你已经讲过好几次啦。现在回到灵魂的主题吧，年老的灵魂和年轻的灵魂有什么区别呢？

一个能量体（也就是我的一部分）能够察觉到其自身是“年轻”或“年老”，这取决于它达到终极觉悟的境界之后的选择。

当它们回到宇宙之轮时，有些灵魂选择了成为年老的灵魂，有些

选择了“年轻”。

实际上，假如那种叫做“年轻”的经验不存在，那么那种叫做“年老”的经验也无法存在。所以有些灵魂“自愿”被称为“年轻”，有些自愿被称为“年老”，以便唯一的灵魂，也就是太极，能够彻底地认识其自身。

同样道理，出于完全相同的原因，有些灵魂选择了被称为“好”，有些选择了被称为“坏”。所以没有灵魂会遭到惩罚。那唯一的灵魂怎么会想要惩罚其自身的组成部分呢？

童话书《小灵魂与太阳》很漂亮地解释了这个道理。那本书的讲解很简单，连孩子也能看懂。

你总是有本事把话说得如此优雅，把极其复杂的概念讲解得如此清晰，甚至让孩子也能明白。

过奖啦。

我还有另一个关于灵魂的问题。有“灵魂伴侣”这种东西吗？

有的，但不是你们想象的那样。

区别在哪里呢？

你们总是浪漫地认为“灵魂伴侣”意味着“你们的另一半”。实际上，人类的灵魂——“分解”之后的部分之我——远比你们想象的要大。

换句话说，我所说的灵魂比我想象的还要大？

大得多啊。它不是某个房间里的空气。它是整座房子里的空气。而且这座房子有许多房间。“灵魂”并不受限于一种属性。它不是餐厅里的“空气”。灵魂也没有“裂变”为两个被人称为灵魂伴侣的个体。它不是餐厅和客厅里的“空气”的混合物。它是整座大厦里的“空气”。

我的国度有许多大厦。虽然在每座大厦里外流动的是相同的空气，同一座大厦的各个房间里的空气却可能会“比较接近”。你可能会走进这些房间，然后说：“这里感觉很接近。”

这样你就明白啦——灵魂只有一个。然而你所说的个体灵魂是巨大的，它存在于成千上百种物质形式的内外，在这些物质形式上方盘旋。

在相同的时间吗？

时间这种东西是不存在的。对你这个问题，我只能回答说：“是，也不是。”有些被你的灵魂裹住的物质形式在你的理解中是“活着”的。有些则分解在你称为“死者”的形式之中。有些被裹住的形式生活在你所谓的“未来”。当然，这一切都在此刻发生，然而你发明了时间这种工具，用来更好地理解现实的经验。

那么这成千上百种被我的灵魂“裹住”（你用的这个词很有趣）的身体都是我的“灵魂伴侣”咯？

是的，这种理解比你原来的理解更加准确。

我的灵魂伴侣之中有些生活在从前？

是的。按照你的说法，是的。

哇，等等！我刚刚想到一件事情！我这些生活在“从前”的部分，是否就是我现在所说的“前生”？

你脑子转得很快！你总算明白啦！是的，其中有些是你“从前”度过的“别的人生”，有些不是。你的灵魂的其他部分裹住的身体生活在你所谓的将来。还有别的部分则化入不同的身体，现在就生活在你们的星球上。

当你遇到这些人，你可能会一见如故。有时候你甚至会说：“我们‘前生’肯定是共同度过的。”这种说法没有错。你们确实共同度过

了“前生”。你们在“前生”可能是同一个人，也可能是相同的时空连续体中的两个人。

这太神奇啦！这解释了我的许多困惑。

是的，是这样的。

但我还有个疑问。

什么疑问呢？

有时候我知道我肯定跟某些人共同度过了“前生”，我非常清楚地知道，我有非常强烈的感觉，可是当我跟他们提起时，他们却完全没有相同的感受，为什么呢？为什么会这样呢？

这是因为你混淆了“过去”和“未来”。

怎么说？

你和他们确实共同度过了另外一次人生——只是并非前生而已。

是“来生”吗？

正是。这一切都在永恒的此刻发生，从某种意义上来说，你察觉到的是尚未发生的事情。

那他们为什么没有像我这样“忆起”未来呢？

这些是非常微弱的振动，你们有些人比其他人更加敏感。而且这也是因人而异的。可能你对你和某个人在“过去”或“未来”共处的经验比对方更加敏感。假如你对某个人拥有这种感觉，这通常意味着，作为你那非常巨大的灵魂的组成部分，你和对方曾经在同一个身体之内共处过一段时间。假如你对某个人有“似曾相识”的感觉，但这种感觉不如前面那种强烈，那可能意味着你们曾经共同度过一段“时间”，但不是在同一个身体之内。你们也许曾是（或者将是）丈夫和妻子、兄弟和姐妹、父母和子女、相恋的情人。

这些都是很亲近的关系，你在“今生”会有“第一次”与他们“重逢”的感觉，那是很自然的。

如果你说的是真话，那有个我以前总是无法理解的现象就变得很好理解啦。现在不止一个人宣称他们的前生是圣女贞德，或者莫扎特，或者“过去”的其他著名人物。我总是以为这恰好证明转世论是骗人的，因为同时有几个人宣称是从前的同一个人，这怎么可能啊？但我现在发现这是可能的！这无非就是几个被相同的灵魂裹住的敏感生灵“忆起”它们各自的灵魂中有一部分曾经是（现在也是）圣女贞德而已。

天哪，这打破了所有禁锢，使一切成为可能。将来我要是发现自己说“这不可能”，我会知道我只是在展现有许多事情我还不了解。

你能忆起这个道理真好。你能忆起这个道理太好啦。

如果我们的“灵魂伴侣”不止一个，那我们就完全有可能先后——甚至同时——对几个人产生“灵魂伴侣的感觉”！

是的。

我们也完全有可能同时爱上几个人。

当然啦。

你误会我的意思啦。我说的是那种强烈的、专属的爱，那种我们通常只为一个人——至少每次只为一个人——保留的爱。

你们为什么要“保留”爱呢？你们“保留”爱干什么呢？

因为“那样”同时爱上几个人是不对的。那是一种背叛。

谁告诉你的？

每个人。大家都这么说。我的父母是这么告诉我的。我的宗教是这么告诉我的。我的社会是这么告诉我的。每个人都这么告诉我！

这也属于那种落在儿子身上的“父亲的罪”。

你自己的经验让你明白一个道理——毫无保留去爱每个人是你最大的快乐。然而你的父母、老师和神父却告诉你别的——你每次只能“那样”去爱一个人。我们在这里谈及的不仅是性爱。如果你认为有个人在某方面和另外一个人同样特别，你通常会觉得你背叛了另外那个人。

是这样的！正是如此！我们都是这样的！

那么你们表达的爱不是真的，而是假的。

在人类的经验框架之中，真正的爱能够得到多大程度的表达呢？我们应该——实际上，有些人说我们必须——给这种表达施加什么限制呢？如果所有社会的和性的能量都不受限制地汹涌而出，会有什么后果呢？若要得到彻底的性自由，我们必须完全抛弃责任感吗？或者应该把责任感提到绝对的高度？

任何限制爱的自然表达的尝试，都是对自由的经验的否定——从而也是对灵魂本身的否定。因为灵魂就是自由的化身。神的本质就是自由——因为神是无限的，不受任何束缚。灵魂是具体而微的神。因此，灵魂反抗任何强加给它的束缚，每当它接受外来的束缚，它就会重新死去。

从这种意义而言，新生本身即是死亡，而死亡即是新生。因为在新生中，灵魂发现其自身受到身体可怕的禁锢，而在死亡时，它再次逃脱了这些束缚。它在睡眠时做的是相同的事情。

灵魂飞翔着回归自由——并再次为表达和经验其真实本性而欢欣。

然而当它处在身体之内时，它的真实本性能够得到经验和表达吗？

这是你提出来的问题——要回答它，我们必须来看生活本身的理

由和目标是什么。因为如果在身体之内的生活无非是牢狱和束缚，那么这种生活有什么意义呢？有什么用呢？有什么合理性呢？

是的。这是我想了解的问题。我代表世界各地所有感到深受人类经验束缚的人提出这个问题。我说的束缚不仅是身体上的……

——我知道你说的是——

——也是情感上的和心理上的。

是的，我知道。我能理解。不过你提到的这一切，还是跟前面那个更大的问题有关。

是的，没错。你先让我把话说完。这世界总是不让我用我想采取的方式去爱每个人，这让我感到极其沮丧。

小时候，我接受的教育是别跟陌生人说话，别说不得体的话。我记得有一次，我和我父亲走在街道上，迎面走来一个穷人，是个要饭的。我立刻觉得他很可怜，想从口袋里掏出几个分币给他。我父亲拦住我，推着我向前走。“垃圾，”他说，“真是个垃圾。”我父亲就是这样的，总是把那些不符合他对人类价值定义的人斥之为垃圾。

我还记得后来发生的一件有关我哥哥的事情。他当时已经不跟我们住在一起，那年平安夜他被拒绝在我们家门外，因为他跟我父亲吵了架。我爱我哥哥，我希望那天晚上他能陪着我们，但我父亲把他拦在前廊，不让他走进家门。我母亲快气疯了（我哥哥是她和前夫生的），我则大惑不解。我们怎么能因为一次争吵就不爱，或者不想在平安夜见到我们的哥哥呢？

不就是吵架吗？为什么要毁掉平安夜呢？哪怕是交战的双方，也会为平安夜停火二十四小时的啊！我那七岁的小小心灵怎么也想不通。

等到年纪稍长，我发现阻止爱流动的不仅仅是愤怒，还有害怕。所以我们不应跟陌生人说话——不但是没有自我保护能力的孩子，连

成年人也应该如此。我懂得敞开地、热切地与陌生人交流是不行的，和刚认识的人交往要讲究许多礼节——那些礼节没有一样是我觉得有意义的。我想要了解新结识的人的一切，我想让他们知道我的一切！但是不行。那些社交规则说我们必须等待。

进入成年生活之后，有性需求了，我了解到有关性的规矩更加死板和严厉。时至今日我仍无法理解。

我发现我只是想爱和被爱——我只是想以我觉得自然的方式，以我认为好的方式去爱每个人。然而社会为此设定了许多规章制度——这些规矩非常严厉，乃至哪怕双方都同意相爱，只要社会不同意，这段恋情就会被说成是“错”的，从而受到打压。

怎么会这样呢？这到底是为什么？

嗯，你自己刚才也说了呀。害怕。

这都是因为害怕。

是的，但这些害怕是合情合理的吗？考虑到人类的行为，这些规章制度难道不是合适的吗？比如说有个男的遇到某个年轻女人，爱上了她，或者垂涎她的美色，并因此离开了他的妻子。我只是在举例。这位被抛弃的女士可能带着孩子，没有工作技能，已经三十九或者四十三岁——甚至可能更糟糕，已经六十四岁，并且无依无靠，而那个六十八岁的糟老头却因为爱慕一个年纪比他的女儿还小的年轻女子而抛弃她。

你认为你提到的这个男人不再爱他那个六十四岁的妻子了吗？

嗯，从他的行为看是这样的。

不是的。他不爱并且想要逃离的并非他的妻子。而是他觉得他受到的束缚。

这是胡说八道啊。这纯粹是色欲熏心。这是老牛想吃嫩草，想要

玩弄年轻的女人；他无法压制那些幼稚的欲望，无法守住他对患难与共的结发之妻许下的诺言。

诚然如此。你说得很好。可是你说的话有道理，并不意味着我说的话没道理。实际上，每当这种事情发生，男方并没有不再爱他的妻子。促成这种背叛的，是他的妻子加诸他身上的限制，或者那年轻女人对他的威胁——如果他留在他的妻子身边，这女人将和他断绝关系。

我想要指出的是，灵魂总是会反抗束缚。任何形式的束缚。这个原因诱发了人类历史上的每次革命，不仅是那种促使男人离开其妻子，或者女人突然离开其丈夫（别忘了，这种情况也时有发生）的革命。

你这不是建议我们彻底地废除所有行为规范嘛！那会让人们变得无法无天，让整个社会陷入混乱。你这不是提倡“婚外恋”或者“开放式婚姻”嘛！我太吃惊啦。

我从不提倡或者禁止任何事情。我并不“拥护”或者“反对”任何事情。人类总是想要把我打造成一个会“拥护”和“反对”的神，但我不是那种神。

我只是实话实说而已。我只是观察你们创造你们自己的是非对错标准，然后看看你们现行的观念是否对你们有益，是否有助于实现你们作为整个人类、作为个人的选择和欲望。

现在来看“开放式婚姻”这个问题。

我不拥护或反对“开放式婚姻”。你们是拥护还是反对，取决于你们想要什么样的婚姻，想要从婚姻中得到什么。你们就此做出的决定，创造了你们在“婚姻”这种经验中的身份。因为我早就告诉过你：每个行动都是自我定义的行动。

无论你做什么决定，最重要的是确保你回答的是正确的问题。例如，关于所谓“开放式婚姻”，你要问的不是“我们应该拥有允许夫妻双

方与其他人发生性关系的开放式婚姻吗”，而是“就这种叫做婚姻的经验而言，我的身份是什么，我们的身份是什么”。

这个问题的答案可以在生活最大的问题的答案中找到：就任何事情而言，相对于任何事情来说，我的身份是什么，我选择的身份是什么？

正如我在这套对话录中反复提到的，这个问题的答案就是所有问题的答案。

神啊，这让我感觉很沮丧。因为这个问题的答案太过宽泛，它根本回答不了其他问题。

真的吗？你对这个问题的回答是什么呢？

根据这几本书，根据你在这套对话录里对我说的话，我是“爱”。那就是我的真实身份。

太好啦！你学会啦！这是正确的。你是爱。爱是宇宙间的一切。所以你是爱，我是爱，没有不是爱的东西。

那么怕呢？

怕是非你。怕是披着真相外衣的假象。怕是爱的对立物，它是从你的实在中创造出来的，这样你才能通过经验认识你的身份。

在你所处的相对世界中，情况就是这样的：假如没有非你，那么也就没有你。

是的，是的，我们在这次对话中谈过好几次啦。但我觉得你好像忽略了我的抱怨。我说的是，我们的身份（也就是爱）这个问题的答案太过宽泛，根本就不算答案，所以什么问题也回答不了。你说它是每个问题的答案，我说它回答不了任何问题——更回答不了“我们的婚姻应该是开放式的婚姻吗”这么具体的问题。

如果这是你的真实想法，那是因为你并不知道爱是什么。

有人知道吗？自有时间伊始，人类就一直想弄清楚它是什么。

时间并不存在。

是的，是的，我知道时间并不存在。我那只是个比喻性的说法。

让我来看看是否可以用你的“说法”，找到一些词语和方式来解释爱是什么。

太好啦。那很好的。

我想到的第一个词是无限。也就是说，爱是无限的。

嗯，我们回到了这次讨论的起点。我们这不是在绕圈嘛。

绕圈是好的。别怪它。继续绕圈吧，继续围着这个问题绕圈。绕圈是可以的。重复是可以的。重提、重申是可以的。

有时候我会失去耐心。

是有时候吗？这真是太搞笑了。

好吧，好吧，请你继续说下去吧。

爱是无限的。它没有起点，也没有终点。没有从前，也没有以后。爱，过去、现在、未来永远存在。

所以爱是永远存在的。它是永恒的实在。

现在我们要回到我们前面使用过的另一个词汇——自由。因为如果爱是无限的、永恒的，那么爱就是……自由的。爱是绝对自由的。

在人类的实在中，你会发现你永远在寻找爱，以及被爱。你会发现你永远渴望爱是无限的。你会发现你永远希望你能够自由地表达它。

你将会寻找自由、无限和永恒的爱。你未必能够得到它，但它就

是你要寻找的。你会寻找这种爱，因为这才是真正的爱，你内心深处知道这一点，因为你就是爱，你是在借助爱的表达来认识和经验你的身份和本质。

你是表达着生活的生活，表达着爱的爱，表达着神的神。

因此这些词汇都是同义词。请把它们视为相同的东西：

神

生活

爱

无限

永恒

自由

任何东西只要不是其中之一，便不是其中的任何一种。

你是所有这些，你迟早会想要经验到你自己是所有这些东西。

为什么要说“迟早”呢？

因为这要看你什么时候克服你的怕。正如我说过的，怕是披着真相外衣的假象。它是非你。

唯有经验过非你，你才能试图经验你。

谁会想经验怕呀？

没有人会想，你的害怕是别人教会的。

孩子经验不到害怕。他认为他能做任何事情。孩子也不会经验不到自由。她觉得她能爱任何人。孩子更不会经验不到生活。孩子相信

他们会永远活下去——那些表现得像孩子的人则认为没有什么东西能够伤害他们。孩子也不认识任何不神圣的东西——直到成年人告诉他们哪些东西是不神圣的。

所以孩子光着身体，四处乱跑，拥抱每个人，完全没有顾忌。要是成年人也这么做，那该有多好！

嗯，孩子可以这么做，是因为他们有着纯真之美。成年人无法回到那种纯真的境界，因为成年人总是在进行房事的时候才“光着身体”。

是的。当然啦，神认为“房事”不是纯真的，所以禁止你们自由地经验它。

是啊，这确实受到神的禁止。原先在伊甸园里，亚当和夏娃赤身裸体，非常快乐地跑来跑去，后来夏娃吃了树上的果子——那是善与恶的知识。然后你惩罚我们，让我们落得如今的下场，因为我们全都背负着那种原罪。

我没做过这种事。

我知道。但我忍不住想抨击一下教会。

你最好别惹它。

好的，我知道啦。那些教会的人没什么幽默感。

你又来了。

对不起。

我刚才说到……你们人类努力想要经验无限的、永恒的、自由的爱。婚姻制度是你们创造永恒的尝试。结婚时，你们同意成为终身的伴侣。但这根本无法催生一种“无限”和“自由”的爱。

为什么呢？如果婚姻是自由选择的，难道它不是自由的表达吗？

说你只跟你的配偶做爱，不跟其他人做爱，这不算限制吧，这是选择。选择不是限制，它是自由的实践。

是的，前提是你们继续选择那样。

必须选择那样啊。那是承诺。

是的——麻烦就是从这里开始的。

请你解释。

也许将来某天，你会明白你经验到的爱情关系是非常特别的。倒不是说你会觉得某个人比其他人更加特别，而是说，你用来向某个人展现你的爱（你对所有人的爱，对生活本身的爱）的方式，是专属于那个人的。

其实你向每个你真正爱的人展现爱的方式都是特别的。你无法用相同的方式向两个人展示你的爱。因为你是独特的造物和独特的创造者，你创造的每样东西都是独特的。任何思维、话语和行动都不可能被复制。你无法复制，你只能独创。

你知道为什么没有哪两片雪花是相同的吗？因为它们不可能相同。“创造”不是“复制”，而造物主只能创造。

所以没有哪两片雪花是相同的，没有哪两个人是相同的，没有哪两个思维是相同的，没有哪两段爱情是相同的，没有哪两样东西是相同的。

宇宙——以及宇宙里的万物——以特别的形状存在，真的没有别的东西与它相同。

这又是神圣二元论。所有东西都是特别的，然而所有东西是一体。

正是如此。你手上的每根手指各不相同，然而它们构成了同一只手。你屋子里的空气和各处的空气相同，然而每个房间里的空气是不

同的，有各自独特的味道。

人也是这样。所有人是一体，然而没有哪两个人是相同的。因此，你无法以相同的方式去爱两个人，哪怕你努力也没用——你也不会想要这么做，因为爱是对特别之人的特别反应。

所以当你向某个人展示你的爱，你的展示方式是不适用于别人的。你的思维、话语和行动——你的反应——真的是不可能被复制的，你每次只能有一种表达方式……这只是因为，那个让你产生这些爱的感受的人也是不可被复制的。

如果合适的时机来临，你渴望对某个人做出这种特别的展示，那么就像你说的，去选择这么做。把你的爱说出来。宣布它。然而要保证你宣布的是时时刻刻的自由，而非持续不断的义务。因为真正的爱永远是自由的，义务在爱的空间里没有存身之地。

假如你认为你决定以特别的方式向某个特别的人表达你的爱是一种神圣的承诺，是永远不能被打破的承诺，那么迟早有一天，这种承诺将会在你的经验中变成义务——到时你就会憎恨它。然而，假如你不把这种决定当作承诺，只能做出一次的承诺，而是自由的选择，可以反复做出的选择，那么憎恨的日子永远不会到来。

请记住这个道理：神圣的承诺唯有一个——那就是说出和实践你的真相。所有其他承诺都是自由的丧失，不可能是神圣的。因为自由是你的身份。假如你丧失了自由，你就丧失了你的自我。那可不是神圣的行为，那是对神的亵渎。

# Chapter 13

哇！你这些话很刺耳哦。你是说我们不该做出承诺——不该向任何人承诺任何东西吗？

从你们大多数人现在的生活来看，每个承诺都包含着一个谎言。这个谎言就是，你们现在能够知道，在未来任何时刻，你们将会对某件事情产生什么感受，你们将会怎样处理那件事。假如你们以反应性生灵的身份去生活（绝大多数人是这样的），你们将无从知道这些。唯有当你们以创造性生灵的身份去生活时，你们才能许下不包含谎言的承诺。

创造性生灵确实能够知道，在未来任何时间，他们将会对某件事产生什么感受，因为创造性生灵会创造他们的各种感受，而不是去经验它们。

除非你能够创造你的未来，否则你无法预测你的未来。除非你能够预测你的未来，否则你无法做出任何真实的承诺。

然而哪怕是能够创造和预测其未来的人，也有权力和权利做出改变。改变是所有造物的权利。实际上，它不仅是“权利”，因为“权利”是被赋予的。“改变”则是自在的。

改变是此在的。

改变就是你的本质。

你无法被赋予这个，因为你就是这个。

喏，由于你是“改变”，由于改变是你唯一恒定的属性，你无法真正地承诺永远保持原样。

你是说宇宙里没有永恒不变的东西吗？你是说在所有创造活动

中，没有什么是保持恒定的？

你称为生活的过程是一个重新创造的过程。生活中的一切不断地在每个此刻重新创造其自身。在这个过程中，同一性是不可能的，因为如果事物是同一的，那么它根本不会发生变化。不过虽然不可能有同一性，相似性却是可能的。相似性是改变的过程中制造出某样与先前的东西高度一致的产物的结果。

当创造活动达到高度的相似性，你们就称之为同一性。由于你们的视野是受到限制的，从你们的宏观视角看，相似确实等于同一。

因此，在人类眼里，宇宙展现出极大的稳定性。也就是说，各种事物的外观看起来很相似，它们的行动和反应也相似。你们看到了稳定性。

这很好，因为这提供了一个框架，让你们可以在物质世界中思考和经验你们的存在。

然而我要告诉你这个道理。假如你们从一切生命的视角看，也就是同时从物质的视角和非物质的视角看，稳定的表象将会消失。你们将会经验到事物的本质：不断地改变着。

你是说有时候这些改变非常微妙，非常细小，乃至从我们这个不太清楚的角度看去，它们好像还是老样子，有时候显得跟原来完全相同，但实际上却不是。

正是如此。

完全相同的两样东西是不存在的。

是的。你理解得很透彻。

然而我们可以把我们自己重新创造得跟原来的样子非常相似，从而产生稳定不变的效果。

是的。

在与人交往的过程中，我们也可以如此创造我们的身份和我们的行为方式。

是的——不过大多数人发现这非常难以做到。

因为正如我们刚刚了解到的，真正的稳定和表面的稳定截然相反，它违背了自然法则；哪怕是同一的表象，也只有大师才能创造出来。

大师能够克服自然的本性（别忘了，自然的本性是倾向于改变的），呈现出同一的表象。实际上，他不可能时时刻刻都呈现出同一的表象。但她可以呈现出足够的相似性，从而创造出表面的同一性。

可是那些并非“大师”的人总是呈现出“同一”的样子啊。我认识一些人，你完全可以拿你的命来赌他们未来的行为和表现，因为那是可以预测的。

然而有意识地这么做却需要付出很大的努力。

大师就是有意识地创造出高度相似性（你们称为稳定性）的人。学生固然也能创造出稳定性，却未必是有意识的。

例如，有人总是以相同的方式对特定的情况做出反应，这样的人往往会说：“我情不自禁呀。”

大师从来不这样说。

假如有些人的反应产生了可敬的行为，得到别人的称赞，他们的回答通常是这样的：“其实没什么啦。我这是自动的反应，真的。谁都可以做到。”

大师也不会做这种事情。

因此，大师就是知道自己在做什么的人。

她还知道为什么要这样做。

没有达到大师境界的人往往两者皆不知道。

这就是人们很难信守承诺的原因吗？

这是一个原因吧。正如我刚才说的，除非你能预测你的未来，否则你无法做出任何真实的承诺。

人们发现承诺很难信守的第二个原因是，承诺和真诚发生了冲突。

这句话什么意思呢？

我是说，他们关于事物的真相是不断进化着的，这种进化中的真相和他们说过会永远不变的真相并不相同。所以两者发生了深深的冲突。该遵从哪个呢？我的真相，还是我的承诺？

你的建议呢？

我早就给过你这个建议啦：

为了不背叛别人而背叛自己，其实也是背叛，而且是最高的背叛。

但这会导致各种各样的承诺被打破！那每个人说的话都不能算数。那就没有人可以靠得住！

哦，看来你总是指望别人说话算话，对吧？怪不得你过得很凄惨。

谁说我过得很凄惨？

你要是过得很快乐，你的外表和行为会是如今这副样子？

好吧。好吧。我确实很凄惨吧。有时候过得很惨。

是大多数时候吧。哪怕是在你完全有理由快乐的时候，你也会让自己变得悲惨——你会为能否保留你的快乐而忧心忡忡！

而你不得不为此担忧的原因是，你能否“保留你的快乐”，很大程度上取决于别人是否说话算话。

你是说我没有权利期待——或者至少是希望——别人将会遵守他们的诺言吗？

你为什么想要这样的权利呢？

别人不想遵守他们对你许下的诺言，唯一的原因是他们不想那么做，或者他们觉得做不到——这两者其实是一回事。

假如有个人不想遵守他对你许下的诺言，或者由于某种原因他觉得他遵守不了，你到底为什么还想要他遵守呢？

你真的想让别人履行她不想履行的约定吗？你真的认为人们应该被迫去做他们觉得他们做不到的事情吗？

你为什么想要逼别人去做违反其意愿的事情呢？

嗯，这里有个理由：因为要是白白放过他们，允许他们不做他们说过会做的事情，那么我或者我的家庭就会受到伤害。

看来为了避免受伤害，你宁可伤害别人咯。

我并不认为要求别人遵守诺言是对那个人的伤害。

然而他肯定会将其视为伤害，否则他就会主动履行承诺。

那我就活该受伤害，或者看着我的孩子和家人受伤害，而不是去要求别人遵守诺言，以免“伤害”到对方吗？

你真的认为你只要强迫别人履行承诺，你就能够避免受伤害吗？

我告诉你吧：和能够自由地去做自己想做的事情的人相比，生活在安静的绝望中的人（也就是那些做着被迫去做的事情的人）会给别人造成更多的伤害。

送给别人自由等于移除危险，而非增加危险。

是的，从短期来看，让别人“解除”他们对你许下的诺言或者约定似乎会让你受到伤害，但从长期来看，你是毫无损伤的，因为你把自由送给别人，其实也是把自由送给你自己。假如你强迫别人向你履行他或她不愿履行的承诺，必然会引起各种不快和难受，你的尊严和你对自我的评价将会受到打击；把自由送给别人，你就能够摆脱这些东西。

长痛不如短痛——这几乎是每个曾经试图迫使别人遵守诺言的人都会发现的道理。

在生意场上也是这样吗？要是这样的话，这世界上的人还怎么做生意呢？

其实生意应该这么做才合理。

现在你们的问题在于，整个社会是以暴力为基础的。既有所谓的“法律的暴力”（也就是你们所谓的“法律的约束”），更有身体的暴力（也就是你们所谓的“武装力量”）。

你们尚未学会如何使用说服的艺术。

如果没有法制，如果不是通过法庭使用“法律的力量”，我们如何能够“说服”各个企业履行它们的合同和遵守它们的协议呢？

考虑到你们现行的文化规范，你们也许找不到别的办法。然而只要改变文化规范，你们现在用来促使企业——和个人——遵守约定的办法将会显得非常落后。

你能解释吗？

你们现在使用暴力来保证协议得到遵守。当你们的文化规范得到改变，当你们认识到所有人是一体，你们将不会使用暴力，因为那只会伤害你们自己。你们不会用你们的左手来打你们的右手。

哪怕当左手掐住脖子时也不会吗？

到时这种事情也不会发生。你们将不再掐住你们自己的脖子。你们将不再咬下你们的鼻子，将其吐在你们的脸上。你们将不再违背约定。当然，你们的约定本身将变得大不相同。

你们将不再约定，只有别人把有价值的东西交给你们时，你们才会把有价值的东西换给他们。你们将不再等到获得所谓合理的回报之后，才肯把东西送给别人，或者与别人分享。

你们将会自动地馈赠和分享，所以可能被打破的合约会比现在少得多，因为合约涉及的是物品和服务的交换，而到时你们在生活中只管馈赠物品和服务，完全不顾能否得到回报。

然而在这种单方面的馈赠之中，你们将会得到拯救，因为你们将会发现神经验到的道理：把东西馈赠给别人，等于馈赠给自己。种瓜得瓜，种豆得豆。

所有事情的因来自你，果也归于你。

完全正确。所以无需担心你们将会得到什么“回报”。唯一需要担心的是你们将会“付出”什么。生活要创造的是最高级的付出，而不是最高级的获取。

你们忘记这个道理，所以总是索取。但人活着并非为了获取。人活着是为了付出，为了做到这一点，你必须原谅其他人——尤其是那些并没有把你以为你将会得到的东西送给你的人！

这种转换将会彻底改变你们的文化。如今，在你们的文化中，所谓“成功”的标准是看你们“得到”多少，看你们拥有多少名望、金钱、权力和财物。在新文化中，“成功”的标准将会是你们让别人拥有多少。

这其中的悖谬之处在于，你们让别人拥有得越多，你们得到的也会越多，而且不费吹灰之力。没有“合同”，没有“协议”，没有“讨价还

价”或者“谈判”，也没有强迫你们彼此履行承诺的诉讼或者法庭。

在未来的经济系统，你们做事情将不是为了个人的利益，而是为了个人的成长，到时这就是你们的利益。然而当你们的真实身份变得越来越伟大，越来越美好，物质的“利益”将会滚滚而来。

到那个时候，你将会认为，利用暴力胁迫别人履行“承诺”是非常落后的行为。如果别人言而无信，你只是任由他们去走他们的路，去做他们的选择，创造他们关于他们自己的经验。无论他们不肯给你的是什么，你都不会觉得惋惜，因为你知道那种东西多的是——而且他们不是你要的东西的来源，你才是。

哇。我懂啦。但我觉得我们真的离题万里啊。刚开始讨论的时候，我问你爱是什么，人类是否能够没有限制地表达它。那让我们谈起了开放式婚姻。但突然间我们却聊到这里。

其实没有啦。我们讨论的一切都是相关的。这正好让我们可以来谈谈你那些关于所谓光明社会、或者进化程度更高的社会的疑问。因为高度进化的社会既不存在“婚姻”，也不存在“生意”，更不存在你们为了让社会成为整体而创造出来的社会制度。

是的，不过我们等会儿再谈这个吧。现在我只想结束这个话题。你刚才说的话很有趣。按照我的理解，你的意思是，绝大多数人无法履行承诺，所以不应做出承诺。这对婚姻制度是毁灭性的打击。

你在这里用“制度”这个词真是深得我心。在大多数人的经验中，婚姻确实是一种制度，他们觉得受到了制裁。

是啊，婚姻既是精神病疗养制度，也是劳改制度——再不济也是高等教育制度！

正是如此！确实如此！在大多数人的经验里，它就是这样的。

好啦，我刚才是跟你开玩笑的啦。我认为这不是“大多数人”的想法。毕竟有数以百万计的人热爱婚姻制度，而且想要保护它。

我还是坚持我的观点。大多数人在婚姻中度日如年，并不喜欢婚后的生活。

世界各地的离婚率便是明证。

看来你认为婚姻应该被废除咯？

我对此没有好恶之分，我只是——

——我知道，我知道。实话实说嘛。

说对啦！你总是想让我成为一个有好恶的神，可惜我不是。谢谢你不再那么做。

嗯，我们不仅攻击了婚姻，刚刚还攻击了宗教！

假如整个人类明白神并没有好恶，宗教确实无法存在，因为宗教的立教之本就是宣称神是有好恶的。

如果你确实没有好恶，那么宗教肯定是一个谎言。

你这话说得有点重。我宁可称之为虚构品。它只是你们杜撰出来的东西。

神喜欢我们结婚也是我们杜撰出来的吗？

是的。我并不喜欢这类东西。但我发现你们倒是喜欢的。

为什么呢？我们既然知道婚姻如此难熬，为什么还会喜欢它呢？

因为你们发现，唯有结婚这种方法能够让爱的经验变得“永远”或者“永恒”。

唯有通过婚姻，女人才能保障她的温饱和安全；唯有通过婚姻，男人才能保障持续地得到性爱和陪伴。

于是男人和女人创造了婚姻这种社会传统。双方达成了交易。你

给我这个，我给你那个。从这方面来讲，婚姻非常像生意。它是男人和女人签下的合同。由于双方都需要落实这份合同，所以它被说成是“神圣的契约”——若有违背它，必将遭到神的惩罚。

后来这种说法不起作用了，你们便创造了法律来落实它。

但是连法律也无能为力。

无论是神的法则，还是人的法则，都不能阻止人们背弃他们的结婚誓言。

怎么会呢？

因为你们编出来的这些誓言往往违背了唯一有效的法则。

那是什么法则？

自然的法则。

但生活的本质就是表达和谐与合一啊。你一直不都是这么对我说的吗？婚姻是我们对和谐与合一最美好的表达。你知道吗，“凡是神撮合的，没有人可以将其拆散”，婚姻就属于这种情况。

从大多数人婚后的生活来看，婚姻根本是不美好的。因为每个人都有三种与生俱来的天性，而婚姻与其中两种发生了冲突。

你能再说一遍吗？我想我差不多能弄懂啦。

没问题。让我们再次从头说起。

你们的身份是爱。

而爱的本质是无限的、永恒的、自由的。

因此这也是你们的天性。这是你们的身份的本质。你们天生是无限的、永恒的、自由的。

那些由人编造出来的制度和理论，无论它是社会的、道德的、宗教的、哲学的、经济的，或是政治的，只要违背或者贬抑你们的天性，都会对你们的自我造成压迫——而且都会遭到你们的奋起反抗。

你认为是什么催生了美国呢？难道不是那种“不自由，毋宁死”的信念吗？

可惜你们在你们的国家中放弃了自由，在你们的生活中也放弃了它。这都是为了得到相同的东西。安全感。

你们在生活中提心吊胆，甚至害怕生活本身，所以你们放弃了这种人类的天性，用它来交换安全感。

你们称为婚姻的制度，是你们创造安全感的尝试，所谓政府制度也是。它们其实是相同的东西——人们用来约束彼此的行为的社会制度。

天哪，我以前从来没这么想过。我总是以为婚姻是爱的终极宣言。

在你们的想象中，它是这样的，但在你们的实践中却不是。在你们的实践中，它是怕的终极宣言。

如果婚姻能够让处于爱情中的你们是无限的、永恒的、自由的，那么它就是爱的终极宣言。

从现在的情况来看，你们结婚，却是为了把爱降低到承诺或者保证的层次。

婚姻是你们想要保证“现在怎样”将来也怎样的努力。如果不需要这种保证，你们就不需要婚姻。你们如何使用这种保证呢？首先，你们把它当作一种创造安全感的手段（却不从你们的内心去创造安全感）；其次，假如再也没有安全感了，你们就把它当作彼此惩罚的手段，因为你们可以指责对方违背了结婚时的承诺，以此向法院提起诉讼。

因此你们发现婚姻是非常有用的——尽管你们使用它的初衷完全是错的。

你们想用婚姻来保证你们彼此之间的感情是专属的，永远将其给予别人。或者你们至少不能用相同的方式向别人表达这些感情。

具体来说，就是不能通过做爱向别人表达感情。

是的，就是这个。

最后，在你们的实践中，婚姻是这样的宣言：“这种关系是特别的。我认为这种关系是最重要的。”

难道这也有错？

没有错。这跟“对”和“错”无关。对和错并不存在。这跟你的人生目标有关。这跟你对你的真实身份的构想有关。

如果你的真实身份是一个会说“这种关系，只有现在这种关系，比任何其他关系都特别”的人，那么结婚完全有助于你实现你的真实身份。然而你将会发现一个很有意思的现象：古往今来的灵性大师，结过婚的寥寥无几。

是的，因为大师是禁欲的。他们从来不做爱。

不是的。那是因为大师无法真诚地说出你们当前的婚姻制度试图做出的宣言：对他们来说，有个人比别人更加特别。

这不是大师会做出的宣言，这也不是神会做出的宣言。

实际上，你们现在编造出来的婚姻誓言是一种非常不神圣的宣言。你们觉得它是最神圣的承诺，这真是极其讽刺，因为神绝对不会做出这种承诺。

然而，为了替人类的害怕辩护，你们幻想出一位跟你们有着相同表现的神。因此，你们说神对他的“选民”许下承诺，神和那些神爱的

人之间有着特别的盟约。

你们无法容忍那种认为神不会对任何人有特别之爱的观点，所以你们创造了一个关于神的虚构品，说出于某些原因，神只爱某些人。你们称这类虚构品为宗教。我称其为渎神。因为所有认为神会偏爱某个人的想法都是谬误的——所有要求你们做出相同的宣言的仪式都不是对神的崇敬，而是对神的侮辱。

天哪，别再说啦。别再说啦！你彻底地消灭了我对婚姻的好感！这些话肯定不是神说的。神不会如此批评宗教和婚姻！

我们在此谈论的是你们建构的宗教和婚姻。你认为我说的话太过分了吗？我告诉你吧：你们篡改了神的话，以此来为你们的害怕找借口，为你们疯狂的相互虐待找理由。

你们会借神的口来说你们想说的话，从而继续以我的名义彼此约束，彼此伤害，彼此杀戮。

数百年来，你们在战场上呼喊我的名字，挥舞我的旗号，扛着十字架，这一切只是为了证明我对世人的爱不是均等的，并要求你们通过杀人来证明这一点。

然而我告诉你吧：我的爱是没有限制和没有条件的。

这句话你们不肯听，这个真相你们不肯容纳，这个宣言你们不肯接受，因为它那无所不包的宽宏摧毁的不仅是你们创造的婚姻制度，而且也包括了你们所有的宗教和政府制度。

因为你们创造了一种以排斥为基础的文化，并宣称神是狭隘的，还用这种说法来支撑你们的文化。

然而神的文化是建立在包容之上的。在神的爱中，每个人都被包容在内。每个人都接到进入神的国度的请帖。

这个真相被你们说成是对神的亵渎。

你们不得不这么说。因为如果这是真的，你们在生活中创造的一切便都是坏的。所有人类的风俗，所有人类的制度，只要不是无限的、永恒的和自由的，便都是坏的。

如果没有“对”和“错”这种东西，那怎么会有“坏”的东西呢？

只有当一样东西的功能无法完成其目标时，它才是坏的。比如说一扇门无法开闭，你不会说那扇门“错”了。你只会说这扇门的装置坏了——因为它无法发挥它的功用。

无论你们在生活中，在人类社会中建构的是什么，如果它和你们做人的目标不符，那么就是坏的。那么它就是坏的建构。

我做人的目标——我已经知道，只是重提一下而已——是什么呢？

是决定和宣布、创造和表达、经验和实现你的真实身份。

时时刻刻重新创造你自己，最完美地实现你对你的真实身份的最高憧憬。

这就是你做人的目标，这就是所有生活的目标。

那会让我们处于什么境地呢？我们毁灭宗教，我们废除婚姻，我们推翻政府。然后我们要怎么样呢？

首先，我们没有毁灭、废除和推翻任何东西。如果你们创造的东西不起作用，产生不出你们想要的东西，那么描述这种情况并不等于毁灭、废除或者推翻那样东西。

请努力忆起评判和实话实说之间的差别。

好吧，我不打算跟你争论，但你刚才说的许多话在我听来特别像评判。

我们受到话语极大的限制。话语真的非常少，所以我们不得不反

复地使用相同的词汇，哪怕它们并不总是传达相同的意义，或者相同的思维。

你们说你们“爱”香蕉船雪糕，你们也说你们彼此相“爱”，但这两个爱的含义肯定大不相同。所以你也明白的，你们可以用来描述感受的话语真的非常少。

在用这种方式——用话语的方式——与你交流时，我会允许我自己经验到这些话语的限制。我愿意退一步承认，由于部分我说过的话是你们做出评判时会使用的，当我使用它们时，你们确实很容易得出我是在进行评判的结论。

我在这里向你保证，我没有。在这套对话录中，我自始至终只是试图告诉你们如何到达你们想去的地方，尽可能直接地描述是什么挡住了你们的路，是什么妨碍你们到达那里。

就拿宗教来说吧，你们说你们想要到达一个地方，在那里你们能够真正地认识神和爱神。我只是说出实情：你们的宗教并不能将你们带到那里。

你们的宗教让神变成了大谜团，促使你们不要爱神，而是要害怕神。

宗教在改变你们的行为方面也无所作为。你们今天仍在彼此杀戮，彼此谴责，彼此说对方是“错”的。实际上，一直鼓励你们这么做的，正是你们的宗教。

所以就宗教而言，我只是看到你们说你们希望它能让你们到达某个地方，而它正在把你们带去的是别的地方。

现在你说你们希望婚姻将你们带往永恒的极乐之地，或者至少是一个相当祥和、安全和幸福的地方。和宗教相同，刚开始的时候，当你们刚刚经验到它的时候，你们这种叫做婚姻的发明很好地实现了你们的目标。然而，和宗教相同，在这种经验中寄居得越久，它就越会将你们带往你们说不想去的地方。

结过婚的人，有将近一半最终离了婚；至于那些仍处在婚姻状态中的人，许多人是极其不快乐的。

你们那“幸福的结合”使你们感到痛苦、愤怒和懊悔。有些婚姻——为数不少——甚至让你们落得极其悲惨的下场。

你们说你们想要政府来保证和平、自由和安定，可是就我观察的情况来看，你们的政府一样都没做到。你们的政府带来的是战争、越来越厉害的专制、暴力和动乱。

你们没有能力解决诸如让人民吃饱饭、健康地活着之类的简单问题，更没有能力完成向他们提供平等机会这样的艰巨任务。

你们这个星球上每天有成千上万的人因饥饿而死，同时又有成千上万的人每天扔掉足以喂饱许多国家的食物。

你们连把“有者”的残羹冷炙送给“无者”这样简单的任务都无法处理，更解决不了你们是否想要更加平均地共享资源这样的问题。

喏，这些话不是评判。我只是如实地说出人类社会目前的情况。

为什么呢？为什么会这样呢？为什么许多年过去了，我们在处理我们自己的事务方面仍是毫无进展？

许多年？你应该说许多个世纪。

好吧，那就许多个世纪。

这跟人类文化的第一个文化迷思有关，也跟它引发的所有其他文化迷思有关。在这些迷思改变之前，其他一切都不会改变。因为你们的文化迷思塑造你们的道德观念，而你们的道德观念则创造你们的行为。然而问题在于，你们的文化迷思和你们的天性是相互矛盾的。

你这话什么意思呢？

人类的第一个文化迷思是，人之初，性本恶。这是原罪的迷思。

这个迷思传达的观点是，你们的本性是邪恶的，你们天生是邪恶的。

第二个文化迷思（它是第一个迷思的必然产物）是，“适者”生存。

这第二个迷思认为，有些人强大，有些人弱小，只有强大的人才能生存。你们会竭尽所能去帮助你们的同类，但要是到了生死攸关的时刻，你们将会先顾自己。甚至不惜让别人去死。实际上，你们不但会见死不救。如果你们认为有必要的时候，为了自己和亲人的生存，你们将会残杀别人，主要是那些“弱者”，以此来证明你们是“适者”。

有些人说，这是你们的本能。这是所谓的“求生本能”；这种迷思对你们的社会风气和群体行为产生了重大的影响。

然而你们的“本能”并非求生，而是公平、合一与爱。这是宇宙各地一切有意识的生灵的本能。它是你们的细胞记忆。它是你们固有的本性。因此你们的第一个文化迷思是荒唐的。你们的本性不是邪恶的，你们并没有与生俱来的“原罪”。

如果你们的“本能”是“求生”，如果你们的本性是邪恶的，你们永远不会本能地去搀扶将要摔倒的孩子，去拯救失足落水的人，以及其他诸如此类的事情。可是，假如你们不为你们要做什么而思前想后，而是按照你们的本能去行动，并在行动中展现你们的本性，你们就会奋不顾身地去做这些事情，哪怕搭上生命也在所不惜。

因而你们的“本能”绝对不是“求生”，你们的天性显然不是“邪恶”的。你们的本能和天性反映了你们的真实身份，那就是公平、合一与爱。

在思考这个道理能给你们的社会带来什么影响的时候，要注意弄清楚“公平”和“平等”的区别。追求“平等”或者“相同”并非一切有意识生灵的本能。实际情况与此恰好相反。

所有生灵的本能是表达独特性，而非同一性。创造人人平等的社会非但是不可能的，而且也是不受欢迎的。试图产生真正的平等性

（换言之，也就是经济、政治和社会的“同一性”）的社会机制违背而非顺应生活最伟大的理念和最崇高的目标——每个生灵都有机会去实现最美好的愿望，从而真正地重新创造其自身。

实现这个目标需要的是机会平等，而非实际平等。机会平等叫做公平。由外在的力量和法律催生的实际平等只会消灭——而不是产生——公平。它会消灭真正的自我再创造的机会——这是所有达到光明境界的生灵的最高目标。

能够让人们有机会自由选择的是什么呢？是那些满足每个人的基本需求，让每个人无需为生计奔波，能够追求自我发展和自我创造的社会制度。换言之，就是那些能够保证人的生存的制度。

喏，因为在光明社会里，没有人需要自我谋生，所以只要有足够供所有人吃饱的食物，这些社会就不会让任何一个成员挨饿。在这些社会里，个人利益和公共利益是一致的。

围绕“人之初、性本恶”或者“适者生存”的文化迷思而创造出来的社会不可能取得这样的觉悟。

是的，我明白这个道理。我希望后面我们能够更为详细地探讨这个“文化迷思”问题，以及先进社会的行为模式和道德观念。但现在我想回过头来解决我刚开始提出的那些问题。

和你聊天有时候挺晕的，因为你的回答虽然有意思，但会岔开话题，搞到我都忘了开始谈了些什么。不过这次我可没忘。我们刚才讨论的是婚姻。我们刚才讨论的是爱，以及各种爱的条件。

爱没有条件。这是爱的本质。

如果你对别人的爱附带有条件，那么它根本就不是真爱，而是假爱。

这是我一直想让你明白的道理。这是我在回答你的每个问题时以各种不同的措辞一直在说的道理。

就拿婚姻来说吧，你们结婚时会相互宣誓。爱是不需要誓言的。然而你们却需要，因为你们并不知道爱是什么。所以你们要求对方做出爱永远不会做出的承诺。

看来你是反对婚姻的！

我没有“反对”任何东西。我只是描述我看到的情况。

你们可以改变我看到的情况。你们可以重新设计那种叫做“婚姻”的社会制度，让它不再提出爱不会提出的条件，而是宣布只有爱才会宣布的言论。

也就是说，我们要修改婚姻誓言咯。

不仅如此。你们还要改变誓言的基础——预期。那些预期将会很难改变，因为它们是你们的文化遗产。它们的根源在于你们的文化迷思。

你又把话题扯到文化迷思上面啦。你到底想怎样呢？

我希望给你们指出正确的方向。我知道你们想要你们的社会变成什么样子，我希望能用人类的话语和人类的词汇来为你们指明方向。

我能向你举个例子吗？

举吧。

你们的文化迷思之一是，爱意味着付出，而非索取。这变成了不容置疑的文化原则。然而正是它让你们抓狂，正是它引起了超乎你们想象的伤害。

它导致人们进入糟糕的婚姻，并在其中不能自拔，它造成各种人际关系失调，然而没有人敢质疑这种主流的文化迷思——你们指望能为你们指点迷津的父母不敢，你们指望能给你们带来天启的神职人员不敢，你们指望能向你们解答疑惑的心理学家和精神学家不敢，甚至连你们指望能承担精神领袖重任的作者和艺术家也不敢。

于是那些已经写下的歌曲、讲述的故事、拍摄的电影、给出的方针、提供的祷词、完成的抚育，无不在维护这种迷思。你们所有人都要在生活中实践它。

可是你们做不到。

然而问题并不在你们，而在这种迷思。

爱是付出而非索取，不是这样的吗？

不是的。

真的啊？

真的。它从来不是这样的。

但是你刚才亲口说“爱没有条件”。你说这是爱的本质。

这确实是。

好吧，在我听来，这等于说“爱是付出而非索取”。

那你需要重读第一卷的第八章。我在这里提到的一切，已经在那里向你解释过啦。这套对话录本来就是要按照次序看才好，而且要把它当成一个整体。

我知道。但有些人没读过第一卷，直接看到这些文字，你能在这里向他们解释你要传达的道理吗？因为坦白讲，我觉得温习一遍对我来说也是有帮助的，虽然我早已理解那一章的内容！

好啊。来吧。

你做的每件事，都是为自己做的。

这是因为，你和所有其他人是一体。

所以你为别人做到的，就是为自己做到的。你无法为别人做到

的，也无法为自己做到。对别人有益的，就是对你有益的；对别人有害的，也是对你有害的。

这是最基本的真相。然而这个真相最经常遭到你们的忽略。

当你和别人交往时，你们之间的关系唯有一个目标。那段关系是作为一种载体而存在的，它让你能够决定和宣布、创造和表达、经验和实现你对你的真实身份的最崇高想法。

现在假设你的真实身份是一个友善而细心、体贴而慷慨、有同情心和爱心的人，那么当你和别人相处时，如果你是这些东西，你的自我就得到了那种你为之不惜投生于肉身的最美妙的经验。

这也是你投生于肉身的原因。因为只有在物质的相对领域里，你才能认识到你自己是这些东西。在绝对领域（你来自这个领域）里，你是不可能有这种认识的经验的。

所有这些道理我都在第一卷里详细地向你解释过啦。

喏，假设你的真实身份是一个不爱自我、容许自我被别人虐待、伤害和毁坏的生灵，那么你将会继续那些让你拥有这种经验的行为。

可是，假如你真的是一个友善而细心、体贴而慷慨、有同情心和爱心的人，那么你将会把你的自我包括在那些值得你如此对待的人之中。

实际上，你要把自己放在首位。你首先要如此对待你自己。

生活中的一切都取决于你要追求的目标。例如，假设你要追求的是与所有其他人的合一（也就是说，你想要对一个你已经知道的概念有实际的经验），你将会发现你自己的行为方式变得非常特别——这种行为方式能够让你经验和展示你的合一性。在此之后，当你做事情的时候，你不会觉得你是在为别人而做，而是会觉得你是在为你的自我而做。

无论你要追求的是什么，情况都是如此。假如你要追求的是爱，那么你将会和别人一起去做体现爱的事。不是为别人去做，而是和别人一起去做。

要注意这种不同。要明白这细微的区别。你将会和别人一起去做体现爱的事，为了你的自我——这样你才能够实现和经验你关于你的自我和你的真实身份的最伟大想法。

从这种意义上来说，你做任何事情都不可能是为了别人，因为符合你自己意愿的每个表现其实都是在“表演”。也就是说，是在创造和饰演一个角色。只不过这个角色并非虚构出来的，而是生活中真实的你。

你是人。至于你是什么人，完全由你来决定和选择。

莎士比亚曾经说过：世界如舞台，凡人皆演员。

他也说过：“要真诚，还是要伪装，这是个问题。”

他还说过：“若要对你的自我忠实，你必然，像夜之随昼那样必然，不能对任何人有所瞒骗。”

假如你对你的自我忠实，假如你不背叛你的自我，那么当你“看起来”是在“付出”的时候，你将会知道你其实是在“索取”。你其实是在把你自己还给你的自我。

你无法真正地向别人“付出”，原因很简单：宇宙间没有“别人”。如果我们唯有一个，那么这一个就是现在的你。

我有时候觉得你是在玩文字游戏，把一些词汇颠来倒去，改变它们的含义。

这不是游戏，这是魔法！这不是通过修改词汇来改变含义，而是通过修改觉悟来改变经验。

你们对一切事物的经验都是基于你们的觉悟，你们的觉悟基于你

们的理解。你们的理解则基于你们的迷思。也就是说，基于别人对你们说过的话。

现在我告诉你吧：你们当前的各种迷思对你们并无益处。它们并不能将你们带到你们说想去的地方。

要么你们是在自我欺骗，你们想去的地方其实不是你们说的那个地方；要么你们是睁眼瞎子，完全无视你们并没有往那里去的事实。无论是作为个人、国家，还是整个人类，你们都没有到达那个地方。

有其他物种到过那个地方吗？

当然有啊。

好啊，我等很久啦。跟我说说他们的情况吧。

快啦。很快就会告诉你。但我想先告诉你如何改变你们那种叫做“婚姻”的制度，以便它能够让你们更加接近你们说想要去的地方。

别摧毁它，别抛弃它——要改变它。

好啊，这确实是我想了解的。我真的想知道是否有哪种方式可以让人类用来表达真正的爱。所以我想用这段对话开头的话题来结束这段对话。我们应该——其实有些人说我们必须——给爱的表达施加什么限制呢？

别这么做。不施加任何限制。你们的结婚誓言不应该包含任何限制。

这太让我吃惊啦，因为我跟南茜的结婚誓言就没有包含任何限制！

我知道。

我和南茜决定结婚的时候，我突然灵机一动，写下了一篇全新的结婚誓言。

我知道。

南茜也帮忙写。她也认为我们不可能在婚礼上交换那些“传统”的誓言。

我知道。

我们坐下来，创作了新的婚姻誓言，嗯，你也许会说我们的誓言“否定了那种不容置疑的文化原则”。

是的，是这样的。我为你们感到自豪。

当我们写下那些文字时，当我们把誓言写在纸上，以便司祭可以念出来时，我真的相信我们两个人都得到了神的启发。

当然啦！

你是说……？

你以为我只在你写这几本书的时候才来找你啊？

哇！

别大惊小怪啦。

你为什么不把那些婚姻誓言写在这里呢？

真要写下来啊？

写啊。你手头就有一份。把它们抄下来。

我们写这些文字的时候可没想到要给世人看。

当这次对话开始的时候，你也没想过要给世人看。

快点。把它们抄下来。

其实我只是不想让人们觉得我是在说“我们写下了完美的婚姻誓

言”！

你怎么突然担心别人会怎么想啦？

拜托，你明白我的想法的。

好啦，没有人说这些是“完美的婚姻誓言”啊。

那就好。

它们其实是你们星球上迄今为止最好的婚姻誓言。

喂，你怎么这样的啦！

开个玩笑啦。轻松点嘛。

来吧，把那些誓言抄下来。我会为它们负责。人们将会热爱它们。这份誓约有助于他们理解我们在这里谈论的事情。你也许还想邀请别人来宣读这些誓言呢。不过它们其实根本不是“誓言”，而是“结婚宣言”。

好吧。感谢我们得到的“灵感”，我和南茜在结婚时说了下面这些话：

> 司祭：
>
> 尼尔和南茜今晚来到这里，并不是为了做出庄严的承诺，或者交换神圣的誓言。
>
> 南茜和尼尔来到这里，是为了在诸位面前，大声地公布他们彼此的爱，说出他们的真相，宣布他们选择与对方共同生活和成长；他们希望诸位亲朋好友来这里见证他们的决定，从而让他们的爱变得更加坚定。
>
> 他们今晚来到这里，也是希望他们的结合仪式能

够让我们所有人变得更加亲近。如果你今晚与配偶或者恋人同来，那么让这个仪式成为一次提示——提醒你们别忘了你们自己的爱情关系。

我们首先要问这个问题：为什么要结婚？尼尔和南茜都回答了这个问题，他们已经把他们的答案告诉我。现在我想再问他们一次，以便他们能够肯定他们的回答，确认他们的理解，坚定他们对他们共同的真相的投入。

（司祭从桌上拿起两枝红玫瑰……）

这是玫瑰的庆典，南茜和尼尔将在庆典上分享他们的理解，永志他们的分享。

现在，南茜和尼尔，你们跟我说过，你们清楚地知道，你们进入这段婚姻，并不是为了得到安全感……

……你们知道真正的安全感并不在于拥有或者独占，也不在于被拥有或者被独占……

……更不在于要求、期待甚或希望对方将会提供你认为你在生活中需要的东西……

……而在于认识到你在生活中需要的一切……所有的爱、所有的智慧、所有的睿见、所有的权力、所有的知识、所有的理解、所有的照料、所有的同情，以及所有的力量……都存在于你的内心……

……你们与对方结婚，并不是希望得到这些东西，而是希望送出这些礼物，希望对方能够更多地拥有它们。

这是你们今晚坚定的理解吗？

（他们说："是的。"）

尼尔和南茜，你们曾经对我说，你们清楚地知道，你们进入这段婚姻，不是想用它来限制、控制、阻碍或者束缚对方，而是要让对方能够真正地表达和诚实地庆祝你们内心最崇高和最美好的感受和想法——包括你们对神的爱，对生活的爱，对世人的爱，对创造的爱，对工作的爱，或者其他任何真正代表你们、给你们带来欢乐的感受和想法。这是你们今晚坚定的理解吗？

（他们说："是的。"）

最后，南茜和尼尔，你们曾经对我说，你们认为婚姻带来的不是责任，而是机会……

……成长的机会，完整的自我表达的机会，在生活中发挥最大潜能的机会，疗愈每个误解或者贬低你们自己的想法的机会，通过你们两个灵魂的结合而最终达到重归于神的机会……

……你们清楚地知道这才是真正的神圣结合……与你们爱的人共度生命的旅程，彼此平等相待，相互尊重，有难同担，有福共享。

这是你们现在憧憬的未来吗？

（他们说："是的。"）

我现在给你们这两枝红玫瑰，它们象征着你们理解这些世俗的东西：你们双方都认识并认可将来的婚姻生活。现在彼此互赠玫瑰，表示你们均已同意这份爱的协议。

现在，请你们各自拿起一枝白玫瑰。它象征着你

们更大的理解，象征着你们的灵性本质和灵性真相。它代表着你们真实的、至高的自我，代表着纯洁的神之爱，现在和将来永远照耀着你们的神之爱。

（司祭将花茎上有尼尔的指环的白玫瑰递给南茜，将花茎上有南茜的指环的白玫瑰递给尼尔。）

你们将用什么来纪念你们今天给出和得到的承诺呢？

（他们各自将指环从花茎上取下，递给司祭；司祭将两枚指环放到手里，并说……）

指环象征着太阳、地球和宇宙。它象征着神圣、完美与和平。它也象征着灵性真相、爱和生命是永恒的……是没有起点也没有终点的。此时此刻，尼尔和南茜选择了指环，他们想用它来象征的是统一，而非占有；是结合，而非限制；是拥抱，而非圈套。

现在，尼尔和南茜，请将你们希望送出的指环交给对方。

（他们拿起各自的指环。）

尼尔，请跟着我说：

我，尼尔……恳求你，南茜……成为我的伴侣、爱人、朋友和妻子……我在此宣布，我愿意给你最深的友谊和爱……当你处于巅峰时如此……当你落进低谷时亦然……当你清楚地忆起你的身份时如此……当你忘记时亦然……当你怀着爱去行动时如此……当你不这样时亦然……当着神和在场诸位的面……我还宣布……我将会永远努力地看见你内在的神圣之光……永远努力地和你分享……我内在的神圣之光……哪怕是在，尤其是在……黑暗来临的时分。

我愿意与你相伴到永远……让我们的灵魂结成神圣的伙伴关系……以便我们可以共同从事神的工作……将我们之间一切美好的东西……与我们接触到的所有人分享。

（司祭转身面对南茜。）

南茜，你愿意接受尼尔的请求，成为他的妻子吗？

（她回答说：“我愿意。”）

现在，南茜，请跟着我说：

我，南茜……请求你，尼尔……（她宣下同样的誓言。）

（司祭转身面对尼尔。）

尼尔，你愿意接受南茜的请求，成为她的丈夫吗？

（他回答说：“我愿意。”）

那么，请两位拿起你们准备送给对方的指环，然后跟着我说：这枚指环代表……我与你结为夫妻……现在我拿起你给我的指环……（他们交换指环）……将它戴在我的手上……（他们将指环戴在手上）……这样每个人都能看见和知道……我对你的爱。

（司祭致结束语……）

我们完全明白，唯有夫妻双方才能主持他们的婚礼，也唯有夫妻双方才能批准他们的婚礼。我的教会，或者国家赋予我的任何权力，都不足以使我有权宣布唯有两颗心才能宣布、并且唯有两个灵魂才能落

实的事情。

所以现在，由于你，南茜，还有你，尼尔，已经宣布了早就刻在你们心上的真相，并在亲友面前，在神的面前，见证了这种真相——我们很高兴地看到，你们已经宣布你们是……丈夫和妻子。

现在让我们共同来祈祷。

爱和生命之神灵啊，在这熙熙攘攘的世上，有两个灵魂已经相遇。他们的命运从此将会相互交织，他们从此将会悲欢与共，永不分离。

尼尔和南茜，愿你们的家成为一个让每个走进去的人都感到幸福的地方，一个老人和年轻人和睦相处的地方，一个成长和分享的地方，一个音乐和欢笑的地方，一个祷告和爱的地方。

愿你们的亲人的生活，因你们之间美丽而慷慨的爱，而不断变得更加丰富；愿你们的工作既对世人有益，也是你们生活中的欢乐；愿你们在地球的日子美好而漫长。

阿门，阿门。

这让我非常感动。能够在我的人生中找到这样的人，愿意陪我说出这些话，真心真意地说出这些话，我感到非常荣幸，非常幸运。亲爱的神，谢谢你把南茜派给我。

对她来说，你也是礼物，这你知道的。

我希望是这样吧。

相信我。

你知道我有什么愿望吗？

不知道。是什么呢？

我希望所有人都能做出这些婚姻宣言。我希望人们能够把它们剪下来，或者抄下来，用到他们的婚礼上。要是那样的话，我敢打赌离婚率将会直线下降。

有些人会觉得这些话很难说出口吧，而且许多人会觉得很难说到做到。

我就是希望我们能够说到做到！我的意思是说，在这里说出这些话的问题在于，我们现在不得不在生活中践行啦。

原来你们不打算践行这些话啊？

当然有这个打算啊。但我们和其他人一样，只是凡人啊。可是现在，假如我们相处得不是很好，假如我们日子过得磕磕碰碰，假如我们的关系遭遇了变化，甚或更糟糕，假如我们选择了结束这段关系，所有人都会感到大失所望啊。

你这是杞人忧天啦。到时人们会知道你们是忠于你们的自我；他们会知道你们后来又做出了新的选择。别忘了我在第一卷跟你说过的话。别认为关系越长质量越好。你不是偶像，南茜也不是，没有人应该把你们供上神龛——你们也不应把自己放在那里。你们只要做人就好啦。做完整的人。假如有朝一日你和南茜希望改变这段关系，你们有权利去改变。那就是这整套对话录的意义所在。

也是我们做出的宣言的意义所在！

正是如此！我很高兴你明白这个道理。

是的，我喜欢这些婚姻宣言，也很高兴我们把它写进这本书！以这种新的方式来开始共同生活是很好的。别再要求女人承诺“三从四德”啦。只有自以为是、自我膨胀、自私自利的男人才会有这样的要求。

当然啦，你说得很对。

男人要是宣称这种男尊女卑是神颁布的律例，那就更加自以为是和自私自利啦。

你又说对了。我从来没有发布过这样的命令。

我们终于拥有了真正受到神的启发而写下的结婚宣言啦。这是不将任何人变成奴仆或者私有财产的宣言。这是说出爱的真相的宣言。这是并不施加束缚、而是承诺自由的宣言！这是所有人都能够履行的宣言！

有人会说：“这种誓言当然容易履行啦，它又不要求你做什么！”你会怎么回答呢？

我会这样说：“解放别人比控制他们难得多啦。当你控制别人，你得到你想要的东西。当你解放别人，他们得到他们想要的东西。”

你回答得很好。

我有个好主意！我认为我们应该把这份婚姻宣言制作成小册子，像祈祷手册那样，让人们可以在结婚时使用。

我们可以把它做成一本小书，里面不仅有这些文字，也包括整套仪式，这三部对话录里关于爱情和恋爱关系的主要论述，还有关于婚姻的特别祷词。原来你是不反对婚姻的！

我感到非常高兴，因为刚开始的时候我还以为你是“婚姻反对者”。

我怎么可能反对婚姻呢？我们大家都结婚了呀。我们每个人都是结了婚的——从现在到永远都是如此。我们结合在一起。我们是一体。我们的婚礼是有史以来最盛大的。我对你们许下的诺言是有史以来最美好的。我将会永远爱你们，让你们拥有一切的自由。我的爱永远不会束缚你们，由于这个原因，你们“注定”终将爱上我——因为能

够自由地选择你们的身份是你们最大的愿望，也是我最大的礼物。

现在，以宇宙最高的法则为标准，你愿意让我成为你合法的婚姻伴侣和共同创造者吗？

我愿意。

你愿意接受我成为你的伴侣和共同创造者吗？

我愿意，我一直把你当成我的伴侣和共同创造者。从现在开始，直到永远，我们是一体。阿门。

阿门。

# Chapter 14

看着这些文字，我心里充满了敬畏。谢谢你以这种方式与我同在。谢谢你与我们大家同在。因为已经有数百万的人看过这几卷对话录，还有数百万的人将会看。我们非常感激你到我们心里来。

你们是我最爱的生灵，我一直在你们心里。你们现在能够真正地感受到我在那里，我十分高兴。

我向来与你们同在。我从不曾离开你们。我是你们，你们是我，我们不会分离，永远不会，因为那是不可能的。

喂，且慢！我有种似曾相识的感觉。我们以前是不是说过这些话啊？

当然啦！去看第十二章的开头。不过现在这些话的含义比那时候更加丰富。

假如这种似曾相识的感觉其实是真的，假如我们有时候真的会“再次”经历某些事情，以便让我们更好地理解它的意义，那岂非很棒？

你觉得呢？

我觉得有时候事情就是这样啊！

也可能不是。

也可能不是！

很好。你又说对啦！你对这些新的道理掌握得很快啊，真让人吃惊。

真的吗？现在我有个严肃的话题想跟你讨论。

是的，我知道。你说吧。

灵魂何时进入身体？

你觉得呢？

当它想进入的时候。

很好。

但人们想要更为确定的答案。他们想知道生命何时开始。他们所认识的生命。

我知道。

那么标志是什么呢？是身体从子宫里出来，也就是肉体的诞生吗？是受孕的那一刻，也就是两种物质生命元素相结合那一刻吗？

生命没有起点，因为生命没有终点。生命只是延续，创造新的形式。

那它肯定很像20世纪60年代风靡一时的熔岩灯里面那种黏糊糊的东西。那些膏状物起初是在熔岩灯的底端，一团一团的，像是圆球。经过加热之后，它们就会彼此分离，它们的形状不停地变化着，同时向顶部上升。到了顶部，它们会重新融合在一起，然后瀑布似的掉到底端，又变成一团团的样子，并重复刚才的过程。灯管里没有“新”的膏状物。那里面全是相同的东西，只是它不断改变形状，所以“显得”像是不同的新东西。它那些形状的变化是无穷无尽的，那个反复展开的过程叫人看了入迷。

这是个很好的比喻。灵魂的情况就是这样的。唯一的灵魂——太极——将其自身变成许多越来越小的零件。所有这些“零件”都是从最初就有的。没有“新的”零件，只有原来的太极的各个部分，不断地改变其自身，让原来那些零件“显得”像是不同的新零件。

有一首流行歌曲很优美，它是琼安·奥斯朋作词和演唱的，里面有

句歌词是：“如果神也是我们中的一员呢？会是我们这副稀里糊涂的德性吗？”我打算去请她把歌词改成：“如果神也是我们中的一员呢？会是我们这副黏黏糊糊的德性吗？”

哈哈！那很好啊。你也知道的，她那首歌曲很美妙。它激怒了许多人。人们无法认同我不比他们中的任何一人更好的想法。

这种反应是一个很有趣的注脚，不过它注解的不是神，而是人类。假如我们认为拿神和人类相比是对神的亵渎，我们把自己当成什么呢？

是啊，当成什么呢？

然而你确实是“我们中的一员”。这正是你在这里说的话。所以琼是正确的。

她当然是正确的。非常正确。

我想回到刚才的问题。你能说说我们所认识的生命是在什么时候开始的吗？是当灵魂进入身体的时候吗？

灵魂并没有进入身体。身体是被灵魂包裹着的。记得我以前说过的话吗？身体并非灵魂的住所。事实与此相反。

宇宙间的一切永远都是活的。“死”这种东西并不存在。并没有这种存在状态。

永生的太极只是改变其自身的形状——采取了新的物质形式。那种形式永远充满了鲜活的能量，生命的能量。

生命——假如你们将我所说的能量称为生命的话——是永远存在的。它不会不存在。生命永远不会终结，所以它怎么可能有起点呢？

拜托，你就帮帮我吧。你知道我想要知道什么。

是的，我知道。你想让我参与堕胎论战。

是啊，真的！我承认！我是说，我遇到了神，我有机会询问这个重要的问题。生命何时开始呢？

答案也非常重要，可惜你们听不进去。

说来我听听看嘛。

它从不开始。生命从不“开始”，因为生命从不结束。你们想要得到的是一套生物技术理论，将其称为“神的法律”，依据它来制定人类的行为“规范”——然后惩罚那些没有依照规范行事的人。

那有什么错呢？那样我们就可以名正言顺地在各个诊所的停车场把那些医生干掉。

是的，我知道。这么多年以来，你们总是拿我当借口，拿各种规则（你们称之为我的法律）当借口，来为各种各样的事情辩护。

拜托！你怎么就不肯说堕胎是谋杀呢！

你们无法杀死任何人或者任何东西。

是的，但是你不能终止它的“个体化”！在我们看来，那就是杀人！

假如我的一部分正在以某种方式进行个体化的表达，在没有得到我那部分的同意的情况下，你们是不可能终止其个体化表达的过程的。

什么？你这句话是什么意思？

我是说，没有哪件事情是违背神的意愿而发生的。

生命，以及一切正在发生的事情，都体现了神的意愿（也是你们的意愿）。

我在这套对话录里面说过，你们的意愿就是我的意愿。那是因

为，我们唯有一个。

生命是神的意愿，是它的完美表达。假如某件事情违背了神的意愿，那么它不可能发生。按照神的身份和本质的定义，它是不可能发生的。你认为一个灵魂能够替别的灵魂做决定吗？你觉得作为个人，你们能够在未经对方同意的情况下影响对方吗？这种信念的基础肯定是那种认为你们彼此分离的想法。

你相信你们能够用未经神许可的方式去影响生命吗？这种信念的基础肯定是那种认为你们和我分离的想法。

这两种想法都是荒谬的。

你们居然认为你们能够以一种未经宇宙许可的方式影响宇宙，这真是太过傲慢啦。

你们在这里对付的是许多强大的力量，你们有些人认为你们比最强大的力量还要强大。然而你们并不。你们也不比最强大的力量弱小。

你们就是最强大的力量。不更强大，也不更弱小。所以要让那力量与你共处！

你是说若没有得到对方的许可，我无法杀死任何人吗？你是说从某种更高的层面看，每个遇害身亡的人都同意被杀害吗？

你这是在用世俗的眼光去看事物，用世俗的观念去想事情，所以我说的话你会觉得不可思议。

我怎么可能不用“世俗的观念”想事情呢。我现在，此时此刻，就在俗世中啊！

我告诉你吧：你是“在这个世界里，却不属于它”。

看来这种世俗的实在根本不是真的咯？

你真的认为它是真的啊？

我不知道。

你就从来没想过“这里面其实别有隐情”？

嗯，有的，我当然想过。

喏，这就是隐情。我正在向你解释。

好吧。我明白啦。我真想现在就走出去，随便杀几个人，反正若非经过他们同意，我也杀不了他们。

实际上，人类就是这么做的。有趣的是，你们觉得这个道理不可思议，可是你们却又随意杀人，好像已经明白这个道理确实是真的。

更糟糕的情况是，你们强行杀害人们，好像这种行为是无所谓的。

它当然有所谓啦！只不过我们想要的东西更有所谓啊。你明白了吗？当我们杀害某个人时，我们并不认为杀人是无所谓的。那么想未免也太没人性啦。只是我们想要的东西更有所谓。

我明白。所以你们很容易接受这个观点：可以强行杀害别人。于是你们名正言顺地滥杀无辜，因为你们觉得受害者的意愿是错误的。

这可不是我说的。这也不是人类的想法。

真的吗？让我来揭穿某些人的真面目。你们说，只要你们有足够好的理由，就可以违背别人的意愿，强行将他们杀死——比如说在战场上杀死他们，或者将他们处以极刑，或者在堕胎诊所的停车场将医生干掉。然而如果别人觉得他们有足够好的理由，想要自寻死路，你们却不去帮助他们自尽。那等于是“协助自杀”，那将会是错误的！

你这是在拿我寻开心呢。

不，是你们在拿我寻开心。你们说，如果你们违背别人的意愿，将他们杀死，就会得到我的饶恕；而如果你们顺从别人的意愿，将他们杀死，将会受到我的惩罚。

这是丧心病狂的说法。

然而你们不仅不觉得这是丧心病狂，实际上还宣称说这丧心病狂的人是疯子。你们才是头脑正常的人，他们只是麻烦制造者。

你们的整个生活和整套神学都是用这种扭曲的逻辑打造出来的。

我从来没这样看过这个问题。

我告诉你吧：从新的角度看待事物的时间已经到啦。这是你们重生的时刻，对你们个人和整个社会都是如此。你们必须从现在开始重新创造你们的世界，否则它就会因你们的丧心病狂而毁灭。

现在请用心听我说。

我们是一体。

我们唯有一个。

你们和我不是分离的，你们彼此之间也不是分离的。

我们所做的每件事，都是彼此共同在做。我们的实在是被共同创造出来的。你们终止妊娠，就是我们终止妊娠。你们的意愿，就是我的意愿。

没有哪个神圣个体的力量比其他神圣个体更大。若非得到对方的同意，任何灵魂不可能影响其他灵魂。宇宙间没有受害者，也没有迫害者。

你们的视野很有限，无法明白这个道理，但我现在告诉你们，实际情况正是如此。

成为任何人、去做任何事、拥有任何东西的理由只有一个：那是你们身份的直接声明。如果你们的身份，无论是作为个人还是作为社会，是你们选择和渴望的身份，那么没有理由去改变任何事情。从另一方面来说，如果你们认为还有更美好的经验等着你们去拥有，你们能够比现在更好地去表达神性，请向着那个真相前进。

由于我们所有人共同在创造，所以尽量让别人知道我们当中有些人希望走哪条路，对我们而言是有益的。你可以成为一名领路人，展现你想要创造的生活，邀请别人模仿你。你甚至可以说："我就是生活和道路。请随我来。"但要小心点。有人曾经因为说过这样的话而被钉上十字架。

谢谢你。我会牢记你的警告。我会低调做人。

看得出来你是挺低调的。

嗯，如果你说你正在与神对话，保持低调不是很容易做到的事情。

这道理别人早就发现啦。

看来我最好闭上我的嘴。

可惜有点晚了。

嗯，这该怪谁呢？

我知道你要怪谁。

好啦。我原谅你。

真的吗？

真的。

你怎么会原谅我呢？

因为我知道你为何这么做。我知道你为何来找我，并开始这次对话。当我明白某件事情的起因时，我就能够原谅它可能引起或者造成的所有麻烦。

啧啧啧。真有意思啊。要是你能够认为神像你这么宽宏大量就好啦。

我是这么认为的啊。

你跟我的关系真是非比寻常啊。有时候你觉得你不可能像我这么宽宏大量，有时候你又认为我不可能像你这么宽宏大量。

难道你不觉得这很有意思吗？

确实很有意思。

这是因为，你认为我们是分离的。如果你认为我们是一体，你就不会有这些想法。

这是你们的社会——它是一种“婴儿”社会，真的，是一种落后的社会——和宇宙中高度进化的社会的主要区别。最明显的区别是，在那些高度进化的社会，一切有意识的生灵都清楚地知道他们自己和你们所谓的“神”并不是分离的。

他们也清楚地知道，他们自己和其他人并不是分离的。他们知道他们每个人都拥有整体的一种个体经验。

好啊。现在你准备谈论宇宙中那些高度进化的社会啦。我等很久啦。

是的，我想现在是探讨这个话题的时候了。

但在此之前，我真的必须最后一次回到堕胎的话题。你并不是在说，由于违背人类灵魂意愿的事情不可能发生在它身上，所以杀人是没问题的，对吧？你并不是在饶恕堕胎，或者替我们给堕胎找“借口”，对吧？

我对堕胎的态度，和我对战争的态度相同：既不饶恕，也不谴责。

每个国家的人都认为我会饶恕他们正在参与的战争，而谴责他们的敌人正在参与的战争。每个国家的人都觉得“神站在他们那边”。每个理由都蕴含着这样的假设。实际上，每个人都有这样的感觉——或者至少在每当做出选择和决定的时候，都希望这是真的。

你知道为什么所有造物都相信神站在他们那边吗？因为我确实是那样的。所有造物本能地认识这个事实。

这其实等于说：“你们对你们的意愿，就是我对你们的意愿。”这其实也等于说，我赋予你们所有人自由的意志。

如果以某种方式行使自由意志会带来惩罚，那就没有自由意志。那是对自由意志的嘲弄，将它变成赝品。

所以就堕胎或者战争、购买那辆车或者与那个人结婚、性交或者不性交、“履行你的职责”或者不“履行你的职责”而言，对和错这种东西是不存在的，我对这样的问题没有好恶之分。

你们全都处在定义你们自己的过程之中。每个行动都是自我定义的行动。

如果你们对你们现在创造自我的方式感到满意，如果它对你们有益，你们可以继续以那种方式创造下去。如果你们不满意，你们将会停止。这叫做进化。

这个过程很慢，因为在进化的时候，你们不断地改变你们关于真正对你们有益的是什么的观念；你们不断地改变你们关于“快感”的概念。

别忘了我前面说过的话。你可以根据一个人或者社会对“快感”的定义，来判断那个人或者社会的进化程度。我想在这里补充一点，你还可以根据它宣称什么对它有益来进行判断。

如果走上战场，杀死别人对你们有益，你们就会这么做。如果终止妊娠对你们有益，你们就会这么做。在你们的进化过程中，唯一会发生变化的是你们关于什么对你们有益的观念。这种观念又取决于你们认为你们想要做的是什么。

假如你想要去西雅图，那么前往圣何塞对你是无益的。前往圣何塞并非“道德错误”——它只是对你无益。

因而，你们想要做什么这个问题就变得极其重要。不仅对你们的整个人生来说很重要，而且对你们生活中的分分秒秒来说也很重要。因为生活本身正是在分分秒秒中被创造出来的。

我们这次神圣对话的开篇（你称之为第一卷）已经详细地阐述过这个道理。我在这里重新提起来，是因为你似乎需要我来提醒，否则你就不会问我关于堕胎的事情。

所以呢，当你准备堕胎的时候，当你准备吸烟的时候，当你准备煮食动物的时候，或者当你准备在马路上超车的时候——无论你要做的事情是大还是小，无论你要做的选择是举足轻重还是无足轻重，你要考虑的问题唯有一个：这是我的真实身份吗？这是我现在选择的身份吗？

要明白这个道理：没有不造成后果的事情。所有事情都有一个后果。那个后果就是你的身份和本质。

你此时此刻就处在定义你的自我的行动中。

这就是你对堕胎问题的答案。这就是你对战争问题的答案。这就是你对吸烟问题、肉食问题和每个关于你有过行为问题的答案。

每个行动都是自我定义的行动。你所思、所说、所做的每件事，无不是在宣称：“这就是我的身份。”

# Chapter 15

我想要告诉你们的是，我最亲爱的孩子们，这件关于你们身份和你们选择的身份的事情是非常重要的。不仅因为它决定了你们的经验，还因为它创造了我的本质。

你们向来听说是神创造了你们。现在我想要告诉你们，是你们正在创造神。

我知道，这与你们原来的理解大相径庭。然而你们只有实现这种理解的转变，才能完成你们来到人世真正要完成的工作。

这是有待我们，你们和我，去完成的神圣工作。这是我们行走在其上的圣地。

这就是天道。

神每时每刻在你们之内、作为你们、借助你们表达其自身。你们永远可以选择现在怎么样去创造神，她永远不会为你们做出这个抉择，也不会因为"错误"的选择而惩罚你们。然而在这些事务上你们并非没有指引，将来也不会没有。你们拥有与生俱来的内在指路系统，它会带你们回家。它就是那个总是向你们说出你们最高尚的选择、把你们最远大的憧憬摆在你们面前的声音。你们只要倾听那个声音、永不抛弃那种憧憬就可以了。

自人类有史以来，我一直给你们派来导师。我的信使每天都给你们带来欢乐的消息。

他们写下神圣的经文，他们度过神圣的人生，以便你们能够认识这个真相：你们和我是一体。

现在我再次把经文送给你们——你们现在捧在手里的就是这样的经文。现在我再次把信使送给你们，给你们带来神的口讯。

你们会聆听这些信息吗？你们会倾听这些信使吗？你们会也变成信使吗？

这是个伟大的问题。这是个美好的邀请。这是个光荣的决定。世界正在等待你们的表态。你们用你们的生活做出表态，在实践中进行表态。

人类不可能摆脱其自身最低下的思维，除非你们自己能够上升到最高尚的思想境界。

那些由你们表现出来的最高尚思想将会给人类的经验创造更好的模板，铺设更好的舞台，充当更好的榜样。

你们就是生活和道路。世界将会跟随你们。对此你们别无选择。这是唯一你们不能够自由选择的事情。这就是天道本身。你们的世界将会跟随你们关于你们自己的观念。它从前如此，将来也如此。先有你们关于你们自己的观念，然后才有外在世界的客观现象。

你们思考什么，就会创造什么。你们创造什么，就会变成什么。你们变成什么，就会表达什么。你们表达什么，就会经验什么。你们经验什么，就会处在什么状态。你们处在什么状态，就会思考什么。

这是完整的循环。

你们参与的神圣工作其实刚刚开始，因为现在你们终于明白你们是在干什么了。

正是你们促使你们自己认识到这个道理，促使你们自己关心这件事情。与以往任何时候相比，你们现在更加关心你们的真实身份。因为现在，你们终于恍然大悟了。

你们是什么，我就是什么。

你们正在定义神。

原本我对我自己的认识是概念性的，后来我派你们——我光荣的

组成部分——进入物质世界，以便我能够经验地认识我自己。生活就是神用来将概念变成经验的工具。你们也要用它来做同样的事情。因为你们就是神，做着这件事的神。

我选择了在每个时刻重新创造我自己。我选择了在经验中最完美地实现我对自己身份的最伟大憧憬。我创造了你们，以便你们能够创造我。这是我们的神圣工作。这是我们最大的欢乐。这正是我们存在的理由。

# Chapter 16

看着这些文字，我心里充满了敬畏。谢谢你以这种方式与我同在。谢谢你与我们大家同在。

你客气啦。谢谢你与我同在。

我还有几个问题，有关那些“已进化的生灵”的，问完之后我会允许我自己完成这套对话录。

我的孩子，你永远不会完成这套对话录，也永远没有这个必要。你和神的对话会永远持续下去。现在你是主动来找我聊天，这次对话很快会让我们发展出一段友谊。所有好的对话最终都会产生友谊，你和神的对话很快将会制造一本叫做《与神为友》的书。

我有这个感觉。我觉得我们真的会变成朋友。

友谊跟所有其他人际关系相同，它若是得到呵护、照料和成长的空间，最终将会产生合一的感觉。你将会感觉和经验到你自己和神融为一体，从而写下一本叫做《与神合一》的书。

那将会是一种神圣的融合，因为到时我们将会用一个声音说话。

看来这次对话还会继续咯？

是的，永远会。

等到这本书结束，我不必说再见吗？

你永远不必说再见啊。你只用说你好。

你太神奇啦，你知道吗？你真的很神奇。

你也是，我的孩子。你也是。

我在各地所有的孩子也都是。

你在“各地”都有孩子啊？

当然啦。

我说的是宇宙各地啊。其他星球上有生命吗？你的子息遍布整个宇宙吗？

当然。

这些文明更加先进吗？

有些是的。

哪些方面更先进呢？

各个方面。技术、政治、社会、灵性、生理和心理等方面都比你们先进。

比如说，你们总是热衷于比较，总是非把事物分成“好”或“坏”、“高”或“低”、“善”和“恶”不可，这表明你们已经坠入二元对立的深渊，陷进分离主义的泥潭。

在更为先进的文明社会里，你没看到这种情况吗？你说的二元对立是什么意思呢？

社会的发展层次，必然反映在其二元思维的程度上。社会是否处于进化过程，要看它的发展方向是统一还是分离。

为什么呢？为什么统一会成为这样的标杆呢？

因为统一是真相。分离是幻象。只要社会认为其自身是分离的，是许多彼此分离的单位的聚合体，那么它就仍然生活在幻象之中。

你们星球上的生活都建立在分离主义之上，都以二元对立为基础。

你们认为你们自己属于彼此分离的家庭或宗族，聚居在彼此分离的地区或省份，团结为彼此分离的民族或国家，共组成一个四分五裂的世界或者星球。

你们认为你们的世界是宇宙里唯一有人居住的世界。你们认为你们的国家是地球上最好的国家。你们认为你们的省份是全国最好的省份，而你们的家庭是全省最美好的家庭。

最后，你认为你是全家最好的人。

你们当然会宣称自己从来没这么想过，但从行动可以看出来你们确实是这么想的。

你们的真实想法时刻体现于你们的社会主张、政治决议、宗教决策、经济选择，以及你们在友谊、信仰系统、你们与神（也就是我）的关系等方方面面做出的个人选择。

你们觉得你们和我是分离的，这种感觉十分强烈，乃至你们甚至不敢想象我会跟你们说话。于是你们不得不否定你们自己的经验的真实性。你们经验到你们和我是一体的，但拒绝相信这种经验。因而你们不仅与别人分离，也与你们自己的真相分离。

人怎么可能与他或她自己的真相分离呢？

可以忽略它。看到却否定它。或者改变它，扭曲它，从而让它符合你们的先入之见。

就拿你刚才的问题来说吧。你问，其他星球上有生命吗？我回答："当然。"我说"当然"，是因为证据非常明显。证据明显得我很惊讶你居然会提出这样的问题。

然而这就是人"与他自己的真相分离"的方法：真相清清楚楚地出现在他眼前，他不可能看不到——然而他却否定亲眼看到的东西。

这里面的原理就是否定。而最有害的否定莫过于自我否定。

你们毕生都在否定你们的真实身份和本质。

就算你们只是否定那些较为宏观的事情，比如说你们对臭氧层的破坏、对原始森林的砍伐、对年轻一代的虐待，那也足够令人悲哀的了。但你们并不满足于否定所有你们看到的外在现象。你们还热衷于否定所有你们看到的内在情感。

你们看到了你们内在的善良和同情，却否定它。你们看到了你们内在的智慧，却否定它。你们看到了你们内在的无尽可能性，却否定它。你们看见并经验到你们内在的神，却否定它。

你们否认我在你们的内心，我就是你们；就这样，我明明在对的地方出现，却遭到你们的否定。

我没有否定的，真的没有。

那你承认你是神吗？

呃，我不会那么说……

就是啊。我告诉你吧：“鸡啼之前，你将会否定我三次。”

你将会通过你的思维否定我。

你将会通过你的话语否定我。

你将会通过你的行动否定我。

你心里知道我与你同在，我就在你的内心，我们是一体。然而你否定我。

有些人会说，我确实存在。但离你们远远的。在远处某个地方。你们越是认为我离你们很远，就会离你们自己的真相越远。

你们对生活中许多别的事情也是如此，从这个星球上自然资源的锐减，到许多儿童在家里遭到虐待，凡此种种，你们都看在眼里，却

拒绝相信。

但为什么呢？为什么呢？我们为什么看见了却不相信呢？

因为你们被幻象困住，深深地陷在幻象里，所以看不穿它。实际上，你们必须看不穿，这样幻象才能继续。这是神圣的二元论。

你们必须否定我，才能继续努力变成我。这正是你们想要做的事情。然而你们无法变成你们已经是的东西。所以否定是很重要的。它是一种有用的工具。

直到你们不再需要它。

大师知道，否定是给那些选择让幻象继续的人用的。接受是给那些选择让幻象结束的人用的。

接受，宣布，展现。这是通往神的三个步骤。接受你们的真实身份和本质。向全世界宣布它。用各种各样的方式予以展现。

自我宣布总是随着展现而来的。你将会展现你的自我就是神——哪怕你现在展现的是你心目中的自己。你毕生都在展现这个。

然而这种展现将会给你带来最大的麻烦。因为当你不再否定你的自我，别人将会否定你。

当你宣布你与神合一，别人将会宣布你与撒旦同谋。

当你讲出最高尚的真相，别人将会说你讲的话是对神最卑劣的亵渎。

与所有温柔地展现他们已经到达大师境界的大师遇到的情况相同，你将会被崇拜和诋毁，被捧高和贬低，被尊崇和绞杀。因为虽然你已经功德圆满，那些仍在幻象中生活的人却不知道该拿你怎么办。

那么我会怎么样呢？我想不通。我被你弄糊涂啦。你本来不总是反复地说，幻象必须继续，这样我们才能有“游戏”可以玩吗？

是的，我说过这样的话。这也是事实。游戏确实正在继续。因为你们一两个人终结了幻象的轮回，并不会使游戏结束——无论是对你们来说，还是对其他玩家来说，游戏都没有结束。

游戏是不会结束的，除非宇宙万物再次融为一体。哪怕是到那个时候，它也仍未结束。因为在那神圣团聚的时刻，融为一体的宇宙万物将会拥有极乐的感受，然后将会再次在欢乐中爆炸，分裂成各种个体——轮回将会从头再来。

它永远不会结束，我的孩子。这游戏永远不会结束。因为游戏就是生活本身，而生活就是我们的身份。

但是那个达到大师境界、无所不知的个体要素，或者用你的话来说，那个“全体的部分”，会怎样呢？

那个大师知道，属于他的轮回已经完成。她知道结束的只是她对幻象的经验。

大师会哈哈大笑，因为他了解大师计划。大师明白，即使她的轮回已然完成，这游戏仍会继续，这经验仍会继续。然后大师会清楚他在这经验中所能扮演的角色。大师的角色是引领其他人到达大师境界。所以大师继续玩这个游戏，但他是用别的方法、新的工具去玩。因为大师已经看穿这幻象，所以他能置之度外。只要大师愿意和高兴，他随时可以走出这幻象。她借此宣布和展现了她的大师境界，并被别人称为神或者女神。

当你们所有人都达到了大师境界，整个人类（你们人类其实是一个整体）将能够轻而易举地在时空中穿梭（当你们理解各种物理规律之后，你们将能够随心所欲地使用它们），努力去协助其他族类和文明社会的生灵也达到大师境界。

就好像其他族类和文明社会的生灵正在帮助我们那样？

完全正确。正是如此。

唯有在宇宙里所有族类都达到大师境界的时候——

——或者用我的话来说，唯有在我的所有部分都认识到一体性的时候——

——这次轮回才会结束。

你的措辞很巧妙。因为轮回本身是不会终结的。

因为这次轮回的终结正是轮回本身。

太好啦！太棒啦！

你已经明白！

所以，是的，其他星球上有生命。是的，大多数外星文明比你们的文明更先进。

哪方面更先进呢？你还没正面回答过这个问题。

我回答过啦。我说过的，各个方面。技术、政治、社会、灵性、生理和心理等方面都比你们先进。

是的，但给我举些例子吧。你这个回答在我看来是毫无意义的泛泛之论。

你知道吗，我爱你的真相。并不是每个人都敢当着神的面，宣布他讲的话毫无意义。

那又怎样？你想怎样？

这就对啦。就要这种态度。因为你确实是对的。你可以随便挑衅我，逼迫我，质疑我，我不会对你怎样的。

我可能反而会帮助你，就像我现在所做的，用这部对话录来帮助你。这对你有帮助吧？

有的。这部对话录帮助了许多人。它过去和现在感动了数百万人。

我知道。这是“大师计划”的一部分。这个计划的目的是让你们成为大师。

你从一开始就知道这三部曲会取得巨大的成功，对吧？

我当然知道啊。你觉得它这么成功，是谁的功劳呢？你觉得是谁促使这么多正在阅读这本书的人找到这本书呢？

我告诉你吧：我认识每个阅读这套书的人。我知道每个人来看这套书的原因。

他们也都知道。

现在唯一的问题是，他们会再次否定我吗？

这对你有影响吗？

毫无影响。我的孩子终有一天会全都回到我身边。这不是回不回的问题，而是何时回的问题。这可能对他们有影响。所以我的话是说给那些能听得进去的人听的。

好吧——我们刚才在谈论其他星球的生命，你正要给我举几个例子，说明外星文明是如何比地球文明先进得多。

就技术方面来说，绝大多数外星文明都远远领先于你们。确实也有一些比你们原始，但为数不多。绝大多数比你们先进。

怎么个先进法呢？举个例子来看看。

好啊，就拿天气来说吧。你们目前没有能力控制天气。（你们甚至无法准确地预测它！）所以你们对变化无常的天气无可奈何。大多数世界并非如此。比如说，大多数星球上的生灵能够控制当地的气温。

真的啊？我原本以为一个星球的温度是由它与太阳的距离、它的大气层等因素决定的。

这些因素只是设定了大的范围。在这范围内你们能做的事情多着呢。

是吗？我们能做什么呀？

你们可以控制环境。创造或者消灭大气层的某些条件。

你也知道的，这不仅与你们跟太阳的距离有关，也与你们把什么放在你们和太阳之间有关。

你们把某些最危险的东西排放进大气层，并消耗掉某些最重要的东西。然而你们否定这个事实。也就是说，大多数人并不予以承认。哪怕你们当中最聪明的人早已确凿地证明你们对大气层的破坏，你们仍不肯承认。你们说那些最聪明的人是疯子，还说你们知道得更清楚。

或者你们会说，这些明智的人居心不良、心怀叵测，想要保护他们自己的利益。然而居心不良的是你们。心怀叵测的是你们。想要保护自己利益的也是你们。

你们的首要利益是你们自己。假如一个证据与你们的自我利益发生了冲突，那么你们就会否定它，哪怕它的科学性再高，哪怕它的说服力再强。

你这话说得有点过啦，我觉得实际情况不是这样的。

真的吗？你认为神在说谎？

喂，我可没这么说，其实……

你知道光是同意停止用碳氟化合物来污染大气层就花了世界各国多长时间吗？

知道……呃……

知道就好。你认为为什么要耗这么久呢？别想了。我来告诉你吧。这件事要耗这么久，是因为停止排放那些有毒物质会让许多大公司少赚很多钱。这件事要耗这么久，是因为它会让许多普通人的生活变得没那么便利。

这件事要耗这么久，是因为这么多年来，许多个人和国家选择——觉得有必要——否定证据，以便保护他们的既得利益，以便维护现状。

唯有到了皮肤癌发病率急剧上升的时候，唯有到了气温蹿升、冰川和雪山融化、海水变得越来越暖、湖泊河流开始泛滥的时候，才会有更多人开始注意到这个问题。

唯有受到你们自己的利益的驱使，你们才会看见那些聪明人许多年来一直摆在你们面前的真相。

维护自我利益有什么错呢？我记得你在第一卷说过每个人都应该把自己的利益摆在首位。

我是说过，这也没有错。然而外星文明对“自我利益”的定义比你们宽泛得多。那些达到光明境界的造物非常清楚地知道，凡是伤害少数人的，必会伤害许多人；凡是对少数人有好处的，必会对许多人有好处，否则它最终对谁都没有好处。

你们星球上的情况恰好相反。那些伤害少数人的事情，遭到大多数人的忽略；那些对少数人有好处的事情，则否定了许多人的利益。

这是因为你们对自我利益的定义非常狭窄，只涵盖了自己和亲人——以及那些对自己惟命是从的人。

没错，我在第一卷是说过，在所有人际关系当中，你要去做对你的自我最有利的事情。但我当时也说过，当你明白对你自己最有利的事情是什么时，你将会明白它对别人来说也是最有利的——因为你和

别人是一体。

你们和其他所有人是一体——这是你们尚未达到的认识境界。

你问到了先进的技术，我想告诉你这个道理：假如没有先进的思想，先进的技术不会给你们带来任何好处。

缺乏先进思想的先进技术创造的不是进步，而是毁灭。

你们在这个星球上已经有过这样的经验，而且很快将会再次经验到这样的事情。

你这句话什么意思呢？你想说什么呢？

我是说，你们曾经在这个星球攀登上你们正在慢慢往上爬的高峰，其实当初你们到达的位置更高。地球上曾经有过比现在更先进的文明。可惜它毁灭了自身。

它不仅毁灭了自身，还差不多毁掉了其他一切。

它这么做，是因为它不知道如何使用它自己研发出来的技术。它的技术进化程度远远超过它的灵性进化程度，所以它最终将技术奉为它的神。当时的人们崇拜技术，以及技术创造和由此带来的一切。所以他们得到了不受约束的技术带来的一切——那就是无法控制的灾难。

他们真的给他们的世界带来了末日。

这些事情就发生在地球上吗？

是的。

你说的是大西岛吗？

有些人用这个名字来称呼它。

它是雷姆利亚大陆吗？

这也是你们神话传说中的一部分。

看来这是真的啦！我们以前确实有那么先进！

不止啊，我的朋友。远远不止那么先进。

我们居然毁灭了自己！

这有什么好奇怪的？你们正在做的是同样的事情。

我知道。你能告诉我们怎样停止吗？

许多其他的书有涉及这个主题。大多数人忽略了它们。

告诉我们其中一本的书名吧，我保证我们不会忽略它。

去读《古代文明的落日余辉》吧。

好的！作者的名字是托姆·哈特曼。我热爱那本书！

很好。这个信使受到我的启发。让全世界的人都注意到这本书吧。

我会的。我会的。

关于你刚才那个问题，我想说的话，书里面全都有。我没有必要通过你再把那本书写一遍。

它简要地记录了你们的地球家园是如何被毁坏的，以及许多你们可以用来阻止那种毁灭的方法。

看来到目前为止，人类在这个星球上做过的事情并不是非常明智。实际上，在这对话录中，你通篇都用“原始”来形容我们人类。自从你第一次做出这样的评论之后，我就一直在想，生活在一个不原始的文明社会中会有什么样的感受。你说宇宙里有许多这样的文明社会。

是的。

有多少呢？

非常多。

几十个？几百个？

成千上万个。

成千上万个？先进的文明有成千上万个那么多？

是的。也有比你们更加原始的社会。

怎么判断一个社会是“先进”还是“原始”呢？

要看它在多大程度上将它自己最高尚的思想付诸实施。

这与你们的想法有所不同。你们以为社会是先进还是原始，要看它的思想有多么高尚。但如果不付诸实施，那些最高尚的思想有什么用呢？

答案是，它们根本就没有用。实际上，它们是危险的。

原始社会的标志是将退化称为进步。你们的社会一直在倒退，而不是在前进。比如说，在你们这个世界，七十年前的人比现在的人更有同情心。

有些人会觉得你这些话很不中听。你说你是一个不做评判的神，可是有些人会觉得你在这里说的每句话都在审判他们，指责他们。

我们先前讨论过这个问题。如果你说你想要去西雅图，实际上却把车开向圣何塞；这时你找人问路，那人告诉你，你这是南辕北辙，朝这个方向开到不了你想去的地方，那人是在做审判吗？

你说我们“原始”啊，这不仅仅是给我们指明方向。原始这个词是贬义的。

真的吗？可是你们说你们非常欣赏“原始”艺术。你们往往会喜欢某些音乐，因为它带有“原始”的情调。至于那些有着“原始”风情的女人，你们就更喜欢啦。

你这是在玩弄文字，偷换概念。

根本不是。我只是让你知道，“原始”未必是贬义的。是你们的判断使它变成了贬义词。“原始”只是形容词。它只是描述实际情况：某样东西正处在发展的最初阶段。除此之外，它没有别的意思。它没有“对”或“错”的意思。这些意思是你们添加的。

我在这里并没有“指责”你们。我只是说你们的文化是原始文化。你们听起来很刺耳，是因为你们认为原始状态是不好的。

我没有做出这样的评判。

要明白这个道理：评估不是评判。它只是实事求是而已。

我想要让你们知道我是爱你们的。我不会对你们做出评判。我凝望你们，只看见美丽和神奇。

就像看着原始艺术那样。

正是如此。我聆听你们的歌曲，只感觉到兴奋。

就像倾听着原始音乐那样。

你现在领悟啦。我感受到你们人类的能量，就像你们会感受到一个有着“原始风情”的女人或男人的能量那样。而且和你们一样，我也会感到兴奋。

喏，这就是你们与我之间的真实情况。你们并没有让我恶心，也没有让我烦恼，更没有让我失望。

你们让我感到兴奋！

我为尚未来临的新可能、新经验而兴奋。我在你们之内渐渐苏醒，踏上那些新的历程，为上升到那些新的光辉境界而兴奋。

你们并没有让我失望，你们让我感到非常刺激！我为你们的神奇而感到刺激。你们认为你们正处在人类发展的巅峰，可是我告诉你们吧：你们才刚刚开始。你们才刚刚开始经验到你们的辉煌！

你们最远大的理想尚未显露，你们最美好的憧憬尚未揭晓。

但且等待！看啊！快看！你们的花季就要来啦。花茎已然强壮，花瓣即将盛开。我告诉你们吧：你们盛放时的美丽与芬芳必将弥漫大地，诸神的花园中必将有你们的地方。

# Chapter 17

这才是我想听到的话！这才是我来这里要经验的东西！我想得到的是灵感，不是贬低。

你永远不会被贬低，除非你自认为你会。你永远不会遭到神的评判或者“指责”。

你居然会说“对和错这种东西是不存在的”，而且还宣称我们永远不会受到评判，许多人无法理解这样的神。

你们到底想怎样啊！你们先是说我会审判你们，然后又因为我不那么做而感到郁闷。

我知道，我知道。这种态度确实很混乱。我们大家的心情都非常……非常复杂。我们既不想要你的评判，但又想要。我们并不想要你的惩罚，可是缺少了你的惩罚，我们又不知如何是好。你在前两卷说过：“我永远不会惩罚你们。”当你说出这句话的时候，我们无法相信——有些人甚至因为这句话而抓狂。因为如果你不准备审判和惩罚我们，那还有什么能够让我们循规蹈矩呢？假如天堂没有“正义”，谁能化解人世的种种不义呢？

你为什么仍在指望天堂来更正你所谓的“不义”？难道雨不是从天而降的吗？

是的。

我告诉你吧：雨既淋在正义之人身上，也淋在不义之人身上。

那《圣经》上怎么会写着“主说：申冤在我，我必报应”？

我没说过那句话。你们有人杜撰了这句话，其他人居然信以为真。

正义这种东西并不是你以某种方式行动之后经验到的，而是你以某种方式行动时经验到的。正义就是行动，而非对某次行动的惩罚。

我知道我们社会的问题在于，我们总是在“不义”的事情发生之后寻求“正义”，而不是先去做“正义”的事。

说得好！你真是一语中的！

正义是一种行动，不是一种反应。

所以别指望我会在“阴世”施行某些天条，以此来“赏善罚恶”。我告诉你吧：没有“阴世”，只有生活。死亡并不存在。你们经验和创造生活的方式，是你们心目中的正义的展现；无论对个人还是对社会来说均是如此。

你认为人类在这方面的进化程度不高，对吧？如果我们把整个进化过程放到橄榄球场里，我们会处在哪个位置呢？

十二码线。

你是在开玩笑吧。

不是。

我们才进化到十二码线的阶段？

不错啦，光是过去一个世纪，你们就从六码线走到了十二码线。

我们有机会达阵得分吗？

当然有。前提是你们不再把球弄丢。

我们以前弄丢过吗？

正如我以前说过的，你们的文明不是直到今天才第一次遇到迫在眉睫的危机。我想要旧话重提，因为让你们听到这些话是至关重要的。

在地球上，你们曾经研发出的技术是如此先进，乃至你们没有能力负责任地去使用它。你们如今正再次接近那个历史节点。

让你们明白这个道理是极其重要的。

当前你们的技术发展太过迅速，你们很快就无法理智地使用它。你们的社会正处在危险的边缘：它正在变成技术的附属品，而技术本应是社会的附属品。

为什么这样说呢？你能解释吗？

能啊。关键问题就在于技术和宇宙学（所有生命的宇宙学）之间的平衡。

“所有生命的宇宙学”是什么意思呢？

简单来说，它就是事物的运转之道。就是那大系统。就是那大过程。

“我看似狂乱，实则有理路可循”，这你也知道的。

但愿如此。

悖谬的是，一旦你们弄清楚这种理路之后，一旦你们对宇宙的各种原理有越来越多的了解之后，你们引起大崩溃的风险就越大。从这个意义上来说，无知反倒是福气。

宇宙本身就是一门技术。它是最伟大的技术。它的运转很完美。有其自身的原理。但你们一旦插足其中，开始利用各种宇宙定理和宇宙法则去乱搞，你们就很容易破坏这些法则。那是一次四十码的判罚。

那对主队来说是很大的打击。

是的。

现在的技术超乎我们的控制能力了吗？

差不多啦。只有你们能够决定是否要控制你们的技术。你们将会用你们的行动来做出这个决定。例如，你们清楚地知道，当前的原子能可以让你们自己死无葬身之地。

是的，但我们不会让那种情况发生。我们还没那么蠢。我们不会那么做的。

真的吗？你们还是像过去那样，不停地生产大规模杀伤性武器，这些武器过不了多久就会落入某个丧心病狂的人手里，他将会以此来要挟整个世界——要是达不到目的，他就会把这个世界给毁了。

你们这是把火柴送给孩子，然后希望他们别把房子烧掉，可是连你们自己也没学会怎么使用火柴呢。

解决这个问题的办法很简单。收走孩子手里的火柴。然后丢掉你们自己的火柴。

但指望原始社会解除其自身的武装，这也太过异想天开啦。所以废除核武器显然是提都不用提的，尽管它是解决危机的唯一办法。

我们连停止核实验都无法取得一致意见呢。我们人类就是没有办法控制自己。

就算你们不会疯狂地用核武器自相残杀，你们也会用破坏环境的方法来毁灭这个世界。你们正在损害地球家园的生态系统，并继续宣称你们没有这么做。

你们好像觉得这样尚且不够，还要摆弄生命本身的生物化学技术。克隆啦，基因工程啦，你们并没有足够谨慎地对待这些技术，所以它们不会给人类带来福音，反倒有可能造成有史以来最大的灾难。假如你们不谨慎从事，生化技术造成的悲剧会让核武器与环境危险显得像儿童的游戏一样。

你们发明各种药物，让它们完成本该由身体完成的任务，从而创造了许多抵抗力极强的病毒。这些病毒正准备将你们人类彻底消灭。

你别吓唬我啊。这意味着我们输了吗？比赛结束了吗？

还没有，但马上就要结束。现在是扔出一个万福玛丽传球的时候啦，四分卫正在寻找无人防守的接球者。

你身边有人防守吗？你能接住这个球吗？

我就是四分卫，上次我抬头看的时候，你和我穿着相同颜色的球衣。我们现在还是一个队的吗？

我还以为只有一个队呢！对手是谁啊？

是每个忽略我们的一体性的思维，每个让我们分离的观念，每次宣布我们并没有结合的行动。“对手”不是真实的，但它是你们的实在的组成部分，因为你们让它如此。

假如你们不小心，你们自己的技术——原本被创造出来为你们服务的技术——将会杀死你们。

有些人会说：“但一个人能做什么啊？”

他们首先要抛弃这种“一个人能做什么啊”的心态。

我已经跟你说过，涉及这个话题的书有数百种。别再忽略这些书。去读这些书。按照书里的指引去行动。提醒别人去看这些书。发起一场革命。让它成为一场进化的革命。

进化的革命不是早就开始了吗？

是，但也不是。进化的过程当然是一直在进行的。但现在这个过程出现了新的转折点。它转到了新的方向。现在你们开始意识到你们正在进化。你们不仅知道你们正在进化，而且也明白是如何在进化。现在你们认识到使进化得以发生、使你们的实在得以被创造的大过

程。

从前，你们只是人类进化的旁观者。现在，你们是有意识的参与者。

越来越多的人意识到，精神是一种强大的力量，他们与万事万物有着密不可分的关系，他们的真实身份是有灵性的生命。

越来越多的人生活在灵性空间里，实践各种能够让他们心想事成、如愿以偿的法则。

这是一场真正的进化革命，因为现在越来越多的人正在有意识地创造你们的经验，直接地表达你们的真实身份，并快速地展现你们选择的身份。

所以现在是关键时期。所以现在是关键时刻。自从有文字记录的历史以来，这是你们第一次（不过在人类的经验中这并非第一次）拥有能够毁灭整个世界的技术，同时也懂得如何使用这种技术。你们真的有可能自取灭亡。

芭芭拉·马科斯·哈波德有本书叫做《有意识的进化》，书里的观点和你刚才说的如出一辙。

是的，是这样的。

那是一本让人看了心惊肉跳的书，它提出了许多美妙的设想，教我们如何避免重蹈先前文明的覆辙，以及如何将地球变成天堂。作者可能得到了你的点拨！

我觉得芭芭拉会同意你的观点……

你曾经说你点拨过几百个作家，启发过许多信使。还有别的书是我们应该注意的吗？

那太多啦，这里列不过来。你何不自己去寻找？然后把你特别感兴趣的列成一张书目，再拿给别人看。

自有时间伊始，我一直通过作家、诗人、编剧来说话。从前，我把我的真相写成歌词，画成人像，刻成石像，化成人类的每次心跳。将来，我还会这么做。

每个人都会通过最容易理解的道路、沿着最熟悉的途径接近智慧。每个神的使者都能从最平凡的时刻看到真相，并用同样平凡的话语与人分享这种真相。

你就是这样的使者。去吧，告诉你的同类，让他们一起生活在他们的真相之中。一起分享他们的智慧。一起经验他们的爱。那样他们就能够生活在安详与和谐之中。

然后你们的社会也将会像我们讨论过的外星文明那样，成为高级的社会。

看来我们的社会与宇宙其他高度进化的文明社会的主要区别在于，我们拥有这种分离的观念。

是的。先进社会的第一指导原则是统一。承认天地万物均是一体，承认所有生命的神圣性。因此在所有高级社会中，我们可以看到，不管遇到什么情况，没有哪个生灵会在违背同类的意愿的情况下夺走其生命。

不管什么情况都这样吗？

是的。

哪怕它正遭到袭击？

这种情况不会在那样的社会发生。同类之间不会相互袭击。

也许袭击不是来自同类，而是来自其他种类的生灵呢？

如果一种高度进化的生灵受到另一种生灵的袭击，那么袭击者肯定是进化程度较低的。实际上，袭击者肯定是一种原始的生灵。因为高级的生灵不会袭击任何人。

我明白啦。

一个生灵在遭到袭击的情况会杀死另一个生灵，原因只有一个：被袭击的生灵忘记了它的真实身份。

如果前者认为它是它的肉体（也就是它的物质形式），那么它就会杀死袭击者，因为它怕它自己的生命会结束。

从另一方面来说，假如前者完全明白它并非它的肉体，那么它将永远不会终结对方的肉体存在——因为它没有这么做的理由。它只会抛弃它自己的肉体，去经验它的自我那非肉体的组成部分。

那就像《星球大战》里的欧必旺·肯诺比！

嗯，确实像。那些创作你们所谓的“科幻小说”的作家往往引领你们走向更大的真相。

我得拦住你的话头。这看起来跟第一卷说过的话是自相矛盾的。

怎么会呢？

第一卷说，当有人虐待的时候，纵容那种虐待是没有好处的。第一卷还说，当你本着爱去行动的时候，要将你自己包括在那些你爱的人里面。那本书似乎在说，要想尽办法阻止别人对你的袭击。它甚至还说可以用战争来反抗袭击——喏，我原话照搬吧：“……对于暴君，除了阻止他们鱼肉百姓，还必须颠覆他们的残暴统治。”

那本书里还说：“选择成为神的同类并不意味着你要选择成为以身殉道的圣徒，更不意味着你要成为受害者。”

现在你又说高度进化的生灵不会终结其他生灵的肉体存在。这两种说法不是自相矛盾吗？

重新去看第一卷。仔细地看。

我当时是根据你提问时创造的语境来回答的。我的回答必须放到

那种语境中理解。

去看第一卷Chapter　08那段文字。在那段文字里，你说你尚未达到大师的境界。你说别人的话语和行动有时候会让你感到伤心。基于这种情况，你问我应该如何应对这些让你受伤的经验。

我完全是按照这个语境来回答的。

我首先说，终有一天，别人的话语和行动再也伤害不到你。就像欧必旺·肯诺比那样，你将经验不到伤害，哪怕别人正在“杀死”你。

而在我刚才谈论的社会，其成员已经达到这种大师境界。这些社会中的生灵非常清楚它们的身份是什么，不是什么。你很难让它们经验到“受伤害”，危害它们的肉身根本是没有用的。它们会退出它们的肉身，把它留给你——假如你觉得非伤害它不可的话。

我在第一卷回答你的问题时指出的第二点是，你对别人的话语和行动有那种反应，是因为你已经忘记你的身份。但我当时也说，那是无可厚非的。那是成长过程的一部分。那是进化的一部分。

接着我说了一句非常重要的话。在整个进化的过程当中，“你必须在你目前所在的层面上工作。你必须在你目前所在的这种理解层面、意识层面和忆念层面上工作。”

我在那里说的每句话都要放到这个语境中理解。

在那之后，我甚至还说：“为了便于讨论，我将假定你尚未完成灵魂的工作。你仍在设法实现你的真实身份。”

对一个其成员尚未忆起它们的真实身份的社会来说，我在第一卷对你的回答是成立的。但你在这里问我的不是这些问题。你刚才是要求我描述宇宙中那些高度进化的社会。

无论是指谈论当前话题的时候，还是在后面谈到其他话题的时候，你要明白的是，这些对其他文明社会的描述，并不是对地球文明

的批评。

这里并没有评判。就算你们的行为和反应不同于那些进化程度更高的生灵，你们也不会因此受到责罚。

所以我刚才无非是说，宇宙里那些高度进化的生灵不会因为愤怒而“杀害”其他有意识的生灵。首先，它们不会经验到愤怒。其次，假如没得到对方的许可，它们不会终结其他任何生灵的肉身经验。第三——这是对你刚才那个问题的专门回答——它们永远不会觉得“受袭击”，因为要感觉到“受袭击”，你必须觉得有人正要夺走你的东西，比如说你的生命、爱人、自由、资产或者财物，反正是某些东西。高度进化的生灵不会拥有这种经验，因为只要你觉得你非得到某样东西不可，不惜为之动用武力，甚至不惜为之夺走某个高度进化的生灵的肉体生命，那么无论这样东西是什么，这个高度进化的生灵都会把它给你——因为这个高度进化的生灵知道，她可以重新创造一切。她会自然而然地把一切送给进化程度较低的、尚未明白这个道理的生灵。

所以高度进化的生灵并非以身殉道的圣徒，亦非任何人的“残暴统治”的受害者。

然而不仅如此。高度进化的生灵不但明白他可以重新创造一切，他还明白他没必要那么做。他清楚地知道，就算没有这些东西，他也一样能够快乐，能够生存。他知道他对其自身以外的东西别无所求，“其自身”才是他的本质，而且跟任何物质的东西都没有关系。

进化程度较低的生灵和物种并不总是明白这个道理。

最后，高度进化的生灵知道，她和袭击她的生灵是一体的。她把袭击者看作是她自己那受过伤害的一部分。在那种情况之下，她的任务是疗愈所有的创痛，以便一体的所有组成部分能够再次认识到其自身的真实本质。

对她来说，把一切送给你，无非就是把一颗阿司匹林送给你。

哇。这种想法太好啦。这种见解太棒啦！但我必须回到你说过的

一句话。你刚才说高度进化的生灵——

——我们接下来用“高灵”这个简称吧。因为我们不得不反复使用它，原来那个显得太长啦。

好啊。你刚才说若是没得到对方的许可，“高灵”不会终结其他生灵的身体存在。

是的。

但一个生灵为什么会许可其他生灵来结束它的身体生命呢？

原因有好几种。比如说，它可能会让它自己成为其他生灵的食物。或者为了满足其他需求——好比结束战争。

在我们自己的文明社会中，有些人在为了食物或毛皮而杀死动物之前，会先征求那个生灵的许可。他们肯定也是因为这个原因才这样做的吧。

是的。这是美洲原住民的作风；他们哪怕是摘一朵花，拔一根草，都会先进行这种交流。这是地球上所有原住民社会的做法。好玩的是，你们却认为这些部落或者社会是“原始”的。

老兄啊，难道我连拔一根萝卜也要征得它的同意吗？

你想做什么事情都可以。你问的是“高灵”会怎么做。

看来美洲原住民是高度进化的生灵咯？

和所有物种的情况相同，他们有些人是，有些人则不是。这不能一概而论。不过从整个文化来看，他们达到了非常高的境界。规范他们大多数经验的那些文化迷思是非常高级的。但你们却强迫他们接受你们的文化迷思。

慢着！你怎么乱说话的？那些红番是野蛮人啊！所以我们才会将他们杀得血流成河、尸横遍野，然后划地为牢，将剩下的红番囚禁在

所谓的“保留地”里！时至今日，我们仍占领他们的圣地，将其变成高尔夫球场。我们必须这么做。否则他们就会去那些圣地拜祭，忆起他们的文化传说，举行他们的神圣仪式，这是我们无法忍受的。

原来如此。

当然啦。假如我们不征服并努力消灭他们的文化，他们可能会影响我们的文化！到时候我们会落得什么下场呢？

我们将会尊重大地和空气，拒绝污染我们的江河，那样我们怎么发展工业呢！

到时所有人可能还是赤身裸体地到处乱走，而且不以为耻，在溪河中沐浴，居住在原野之上，而不是拥挤地聚居在摩天大楼或者贫民窟里，并经由沥青路去上班。

到时我们很可能仍然围着篝火，听着古代的寓言故事，而不是在家里舒舒服服地看电视！那样我们将会完全没有进步。

这样啊，幸亏你们做对了哦。

# Chapter 18

再跟我谈谈高度进化的文明和高度进化的生灵吧。他们除了不会自相残杀之外，跟我们还有什么不同呢？

他们彼此分享。

我们也彼此分享啊！

不一样的啦。他们分享一切。与每个人分享。绝不漏掉哪个生灵。在他们的世界，所有自然资源被平均地分配给每个人。

一个国家、地区或者民族不会仅仅由于它所处的地方发现了自然资源，就觉得它“拥有”那种自然资源。

各个物种知道，它们称为“家园”的星球或者星系是属于每个人、属于那系统之内的所有物种的。实际上，这个星球或者星系被当成一个“系统”。它被视为一个整体的系统，而非由许多各不相关的部分组成；若是任何组成部分被破坏、损害或者消灭，整个系统本身也将会受损。

我们管这个叫生态系统。

它不仅是生态系统。它涉及的不只是生态——也就是星球上的自然资源和这个星球的居住者之间的关系。它还涉及居住者彼此之间的关系，以及居住者和环境的关系。

它是所有物种之间的相互关系。

那可以叫做“物种系统”！

对啊！我喜欢这个词汇！它是个很好的词汇！因为我们谈论的是某个比生态系统更大的系统。它确实是物种系统。巴克敏斯特·富勒则称之为“心智圈”。

我更喜欢物种系统。这个名称更容易理解。我以前总是搞不明白心智圈是什么东西！

老巴也会喜欢你这个词汇的。他不会坚持用原来那个的。他总是喜欢把道理讲得更加通俗易懂。

你要跟巴克敏斯特·富勒聊天啊？你想把这次对话变成招魂仪式吗？

反正我知道那个曾化为巴克敏斯特·富勒的灵魂很喜欢你这个词汇。

哇，那太好啦。能够知道这一点真是太酷啦。

是很“酷”。我同意你的说法。

那么在高度进化的文明社会里，物种系统是至关重要的。

是的，但这并不意味着个体的生灵并不重要。恰恰相反。个体生灵是非常重要的，因为只有将每个个体的决定考虑在内，物种系统才能发挥最大的效用。

物种系统最大限度地支持所有生命和每个生灵，这是高灵的共识。因此他们不做任何会损害物种系统的事情，这本身就表明每个个体的生灵都是重要的。

不单单是那些有地位、有势力或有钱的个体生灵，也不单单是那些力气更大、身体更壮或者自我觉悟层次较高的个体生灵。这个系统中的所有生灵、所有物种都是重要的。

这怎么行得通呢？这怎么可能呢？在我们的星球上，某些物种的愿望和需求必须被置于其他物种的愿望和需求之下，否则我们就无法过上我们现在这种生活。

你们很快就再也无法过上“现在这种生活”啦，原因恰恰在于你们坚持压制大多数物种的需求，以便满足一个物种的欲望。

你说的是人类吧？

是的——不过并非人类所有成员，而仅仅是少数成员。甚至也不是大多数人（如果是这样，那还有点逻辑可言），而是极少数人。

那些最富裕和最有权力的人。

这是你们的说法。

你又来啦。又是针对富裕阶层和成功人士的说教。

不是的。说教对你们的文明来说是没有用的，因为你们就像教室里的小学生。人类将会一如既往，对待自己和别人的方式都将不会改变，直到你们终于明白这么做并不能给你们带来最大的好处为止。再多的说教也改变不了这一点。

如果说教能改变事情，你们的宗教早就不是现在这副德性啦。

哇！你不是吧！你今天想把所有人都得罪光，对吧？

我可没有做那种事情。我只是实话实说而已，这戳到你们的痛处了吗？那么要看一下原因是什么。其实原因我们两个都知道。真相往往是令人不舒服的。然而这本书的目的就是带来真相。受我点拨的其他图书，还有各种电影、电视节目，也是如此。

我可不想鼓励人们去看电视。

不管怎么说，电视如今是你们社会的篝火。让你们南辕北辙的并非媒体，而是你们通过媒体传播的信息。别贬低媒体。也许有一天，你自己也会上电视，去传播一种与众不同的信息……

我可以回到我刚才的问题吗？我还是想知道，如果一视同仁地对待所有物种的需求，物种系统是怎么运作的呢？

需求确实得到同等的对待，但那些需求本身却不是平等的。这是一个比例和平衡的问题。

高度进化的生灵深深地知道，在我们所谓的“物种系统”中，所有生物的需求都必须得到满足，这样它们的物质形式才能够生存，而整个系统正是由它们的物质形式创造和维护的。他们也深深地知道，就各种生物对系统本身的依赖程度而言，这些需求并不是相同或者平等的。

不妨以你们自己的物种系统为例来说明。

好啊……

让我们用两种你们称为“树木”和“人类”的生物来做例子。

我听你的。

很明显，树木和人类不同，它并不需要那么多日常“供给”。所以这两者的需求是不平等的。然而它们密切相关。也就是说，这两个物种是相互依赖的。你们既要注意人类的需求，也要注意树木的需求，但这些需求本身的大小程度是不同的。假如忽略了某种生物的需求，你们就会自讨苦吃。

我早前提到一本很重要的书，《古代文明的落日余辉》，它很好地讲述了这个道理。它说树木吸收你们大气层中的二氧化碳，利用大气的碳元素来制造碳水化合物，也就是说，树木利用二氧化碳来成长。

（植物的几乎所有部分，包括根系、枝干和叶子，甚至包括树木生长的水果和干果，都是由碳水化合物组成的。）

与此同时，树木还会向大气层排放氧气。氧气是树木的“废气”。

而人类则需要氧气才能生存。如果没有树木来把大量的二氧化碳转换成大气层里含量较少的氧气，你们人类就不能存活。

你们反过来释放（呼出）二氧化碳，而这又是树木生存所需的。

你明白这种平衡关系吗？

当然。这是一种很巧妙的关系。

谢谢你。那么请别再破坏它啦。

拜托，我们砍一棵树会补种两棵。

是的，而且只要再过三百年，这些树就能长到你们砍掉的树那么大，就能制造同样多的氧气。

你们将亚马逊雨林称为氧气制造厂，你们补种的树木要取代它平衡地球大气层的能力，可能要过个两三千年。不用担心，你们尽管每年砍掉上万英亩的雨林，但不用担心。

为什么呢？我们为什么要这样做呢？

你们毁林开垦，是为了饲养牲畜，再把它们杀来吃掉。你们说饲养牲畜能给雨林国家的原住民带来更多的收入。所以你们说这么做是为了提高土地的生产力。

然而在高度进化的文明社会，侵蚀物种系统并不会被当成生产行为，而是视为破坏行为。所以高灵想方设法去平衡物种系统的总体需求。他们之所以这么做，而不是去满足系统中一小部分物种的欲望，是因为他们明白，假如系统本身遭到破坏，没有哪个处于系统之内的物种能够生存下去。

老兄，这个道理太浅显啦。浅显得让人痛心。

假如你们地球上所谓的统治物种在接下来几年还不醒悟，那么它的“浅显”会更加令人痛心。

我知道啦。我明白啦。我想要改变这种状况。但我觉得无能为力。有时候我觉得非常无助。我要怎么做才能改变这种状况呢？

你什么事都不必做，但有许多状态等着你去存在。

请向我解释。

长久以来，人类一直试图在“行在”的层面上解决问题，但成效不大。这是因为，真正的改变总是在“存在”而非“行在”的层面上达成的。

没错，你们是有许多新发现，是的，你们的技术确实有进步，所以从某些方面来说，你们让生活变得更加舒服了；但你们是否让生活变得更好了呢？这还有待商榷。在大的原则问题上，你们的进步非常缓慢。你们当今在地球上面临的原则问题，仍然和几百年前一样。

一个很好的例子是，你们今天依然认为，地球是为了供统治物种剥削而存在的。

你们显然不会改变你们的行事方式，除非你们改变你们的存在方式。

你们和地球环境的关系是什么？你们和这个环境里的一切的关系是什么？相对于这些关系，你们的身份是什么？在你们这些思想得到改变之前，你们的行动是不会改变的。

这是一个意识的问题。你们必须提高你们的意识，然后才能改变你们的意识。

怎么提高呢？

别再对此保持沉默。大声说出来。进行呼吁。提出议案。你甚至可以提出某种集体意识啊。

就比如说吧，何不种植大麻，用它来造纸呢？你知道光是为了全世界的人每天有报纸看，就需要砍掉多少树吗？更何况你们还要用纸杯、纸盒、纸巾，这该砍伐多少树才够？

大麻的种植成本很低，收割也很方便，不仅能用于造纸，也能造出最结实的绳索，最经久耐用的布料，甚至还有一些地球上效果最好的药物。实际上，正因为大麻的种植成本如此低廉，收割如此方便，用途如此之广，才会有很强大的政治游说团体在反对它。

如果世界各地政府允许人们种植这种植物，有太多的人会失去太多的利益。

人类在处理各种事情时，贪婪往往会取代常识，这只是一个例子。

所以把这本书送给每个你认识的人。不仅要让他们看到这段话，还要让他们懂得书中许多其他道理。

随便翻开一页……

没问题，但我开始感到很郁闷，许多人说他们看完第二卷之后也有这种感觉。接下来会有越来越多的篇幅谈论我们是如何破坏地球上的环境的吗？因为我可没准备你会说这些……

你有准备得到灵感的吧？你有准备得到启示的吧？因为了解和探索其他文明——先进的文明——能够让你得到灵感和启示。

想想那些可能性！想想那些机会！想想不远处美好的明天！

那也要我们醒悟了才行啊。

你们会醒悟的！你们正在醒悟！风气正在转变。世界正在变化。这种情况就发生在你们的眼前。

本书就是它的一部分。你也是它的一部分。别忘了，你来到世间，就是为了疗愈人们的痛楚。你落入红尘，就是为了将世人救出红尘。你来到这里，没有别的理由。

别放弃！别放弃！最美好的旅程才刚刚开始！

好吧。那我选择从高度进化的生灵的榜样和智慧中吸取灵感，而不是为之感到沮丧。

很好。这是明智的选择，因为它有利于你们实现人类的目标。通过观察这些生灵，你们能够忆起很多东西。

高灵生活在统一的状态之中，他们深刻地感受到彼此之间有着千丝万缕的关系。他们的行为是由他们的诱发思维（你可以把它当作他们那个社会的基本指导方针）创造的。你们的行为也是由你们的诱发思维（或者说你们这个社会的基本指导方针）创造的。

高灵社会的基本指导方针是什么呢？

他们的第一项指导方针是：我们所有人是一体。

每个决定，每次选择，你们所谓的“道德”和“伦理”，无不以这项方针为基础。

第二项方针是：一体中的所有部分都是相互联系的。

在这项方针的指导下，没有哪个物种的成员能够或者愿意仅仅因为他先得到某样东西，或者拥有这样东西，或者这样东西很紧缺，而独占它。物种系统里所有生物的相互依赖性是得到承认和尊重的。高灵总是平衡地满足系统里每种生物的相对需求——因为他们总是牢牢地记住这些需求。

第二项指导方针意味着没有个人所有制这种东西吧？

没有你们理解的那种个人所有制。

对高灵来说，个人所有制意味着他承担着照料所有好东西的个人责任。在你们的语言中，有个词汇可以比较贴切地描绘高灵对你们所谓的“珍贵物品”的感受，那就是“托管制”。高灵是托管者，不是所有者。

“所有”这个词汇，以及你们赋予它的意义，在高灵的文化中是找不到的。没有“财产”或者个人物品这种东西。高灵不占有，高灵珍惜。也就是说，他们捧起、拥抱、热爱和关怀事物，但并不拥有它们。

人类占据，高灵珍惜。如果用你们的语言，可以这么描绘两者的

区别。

在你们的历史早期，人类觉得他们有权独占落在他们手里的一切。这包括妻子、儿女、土地以及土地上的资源。“财产”，以及他们的“财产”带来的任何其他“钱物”也都是他们的。时至今日，人类社会上仍有许多人持有这种观念。

人类痴迷于这种“所有制”思想。那些在远方观察到这种现象的高灵称其为“财产迷恋症”。

现在，由于已经有所进化，你们越来越明白，你们其实无法占有任何东西——更别说你们的配偶和子女。不过你们许多人依旧固执地认为你们能够占有土地，土地上生长的一切，还有土地下方和土地上方的一切。（是的，你们甚至还谈论什么“领空权”！）

宇宙里的高灵则恰恰相反，他们深深地明白，他们脚下的物质星球并非某样任何人可以占有的东西——不过他们的社会却可以通过一套制度，将土地分给各个高灵去照料。如果某个高灵将她的土地照料得很好，那么可能会被批准（或者要求）将托管权交给她的后代，由她的子孙世代相传。然而，只要事实证明她的子孙无法很好地托管那块土地，那块土地便不再归他们照料。

哇！如果地球也实行这种指导方针，世界上有过半的工厂将会被迫放弃他们的地产！

世界的生态系统则会在一夜之间得到极大的改善。

你知道吗，在高度进化的社会，“公司”不能为了利润而破坏土地，因为那些高灵很清楚地知道，那些拥有公司或者为公司工作的人，他们的生活质量也将不可避免地遭到损害。这么做哪有利润可言呢？

损害也许很多年之后才出现，而收益却是马上可以实现的。我们称其为短期收益和长期损失之比。但假如你将来不会经验到这种长期损失，谁会在乎它呢？

高度进化的生灵会啊。但话又说回来，他们的寿命比你们长得多。

长多少呢？

长许多倍。在有些高灵社会，生灵是长生不死的——他们选择在肉身里面生活多久，就可以生活多久。所以在高灵社会，个体生灵往往会经验到他们的行动造成的长期后果。

他们怎么能够活那么久呢？

其实他们和你们一样，当然永远是不会不活着的，但我知道你的意思。你是说他们怎能“在身体里”活那么久。

是啊。他们怎么能够和身体相处那么长时间呢？这是怎么做到的？

嗯，首先，他们并不污染他们的空气、水和土地。例如，他们并不将化学元素放进土壤，以免这些化学元素会被植物和动物吸收，并在这些植物和动物被食用的时候进入身体。

实际上，高灵不会食用动物，更不会将化学元素埋进土壤，让它长出植物来给动物食用，然后再用化学元素来饲养那只动物本身，然后再将它吃掉。高灵正确地推断出，这种行为无异于自杀。

所以高灵不会污染他们的环境、大气层，以及他们自己的肉身，而人类则会。你们的身体是非凡的造物，它们的“使用期”本应是无限长久，不该像你们现在的身体这么短寿。

高灵的心理行为也与你们不同，这同样有助于延年益寿。

比如说？

高灵不会担忧，甚至无法理解“忧虑”或者“压力”这种人类概念。高灵不会“憎恨”，也不会感到“愤怒”、“妒忌”或者恐慌。因此，高灵不会制造那种侵蚀和破坏其身体的生化反应。高灵会称这些心理活动

为“自我蚕食”，而高灵既不会蚕食其他生灵，更不会蚕食其自身。

高灵是怎么做到这一点的呢？人类能够如此控制情绪吗？

首先，高灵明白所有事物皆是完美的，宇宙里有一个正在逐渐展开的大过程，他们只要不去干扰它就好。所以高灵从不担忧，因为高灵理解这个过程。

至于你的第二个问题，答案是：是的，人类有这种控制能力，不过有些人不相信他们有，有些人只是不去选择动用它。少数人动用了这种能力，这些人的寿命将会长得多——前提是那些化学元素和空气里的有害物质并没有将他们杀死，而且他们也没有用其他方式主动地毒害他们自己。

等等啊。我们“主动地毒害”我们自己？

是的，有些人是这样的。

怎么说呢？

我说过的呀，你们吃下有毒的食物。你们喝下有毒的饮料。有些人甚至还吸进有毒的物质。

高度进化的生灵认为这种行为是不可思议的。他无法想象出为什么有些东西你们明明知道有害无益，还要故意往身体里面灌。

嗯，我们觉得吃下、饮用和吸进某些东西是很爽的。

高灵觉得在身体里面活着才爽，她无法想象她居然会去做任何她预先知道会导致身体夭折、死亡或者痛苦的事情。

我们当中有些人不认为吃很多红肉，或者喝酒吸烟会导致我们的身体夭折、死亡或者痛苦。

那么你们的观察技巧就很有问题啦。需要提高一下。高灵会建议你们看看你们身边的情况。

好吧……关于宇宙那些高度进化社会的生活，还有什么是你可以告诉我的呢？

那些社会没有羞耻感。

真的啊？

也没有罪行这种东西。

那怎么证明一个生灵是糟糕的土地“托管者”呢？你刚才又说他们会夺走他的土地！这不意味着他遭到评判，并被发现有罪吗？

不。这意味着他遭到观察，并被发现没有能力。

高度进化的社会永远不会要求生灵去做某样他们已经证实没有能力去做的事情。

假如他们还是想做呢？

他们不会“想”做的。

为什么？

他们被证明缺乏能力这件事本身就会消除他们的欲望。这是自然的结果，因为他们明白，如果他们缺乏做某件事的能力，又非要去做，那么可能会对其他生灵造成伤害。这是他们永远不会做的，因为伤害他者就是伤害自我，他们知道这个道理。

原来也是“自我保护”的机制在起作用！地球上也是这样！

当然啦。唯一的区别在于他们对“自我”的定义。人类定义的自我非常狭隘。你们说的是你们自己，你们的家人，你们的社区。高灵对自我的定义则大不相同。她说的是自我、家庭和社区。

就好像只有一个。

确实只有一个啊。这就是关键所在。

我明白啦。

举例说吧，在高度进化的社会，假如一个生灵反复地证明其自身缺乏抚养后代的能力，那么它不会坚持要那么做。

所以在高度进化的社会，孩子并不抚养孩子。后代交由老年人去抚养。这并不意味着逼迫新生儿与他们的父母骨肉分离，从父母怀中将他们夺走，交给完全陌生的人去抚养。完全不是这样的。

在这些社会，老年人与年轻人的关系很密切。他们并没有被抛弃，不用自己生活。他们也没有遭到忽略，无须独自度过凄凉的晚年。他们得到尊敬和推崇，受到很好的照料，被当成充满关爱和生机勃勃的社区的一部分。

每当新生的后代来临，作为社区和家庭的核心的老年人便整装待命；由他们来抚养后代，就像你们的社会让父母来做这件事情一样，是自然而然的事情。

区别在于，这些后代虽然完全知道他们的“父母”（在他们的语言里，含义最接近“父母”的词汇是“赋生者”）是谁，但他们不必向那些本身仍在学习基本的生活知识的人学习基本的生活知识。

在高灵社会，老年人组织和引导学习过程，料理家务、喂养和照顾儿童等也由老年人负责。后代成长的环境充满了智慧、关爱、极大的耐心和深切的理解。

那些生下他们的年轻人通常在别的地方过着自己的年轻生活，处理这种生活中的各种棘手任务，经验这种生活中的各种欢乐。他们想和他们的子女相处多长时间都可以。他们甚至可以选择在老年人居住的地方和子女生活在一起，在那里给子女营造出“家庭”的氛围，让子女经验到他们也是家庭的一部分。

这是一种非常亲密和谐的经验。但承担起抚养重任的是老年人。这是一种荣耀，因为老年人扛起的是整个物种的未来。高灵社会的共识是，这种重任不应该由年轻人来承担。

前面我也提起过这个问题，当时我们谈论的是你们如何在地球上抚养后代，以及你们可以做出什么改变。

是的。谢谢你更详细地解释了这个问题，以及解决这个问题的方法。回到刚才的话题，高灵无论做了什么事，都不会感到羞耻或愧疚，是吗？

是的。因为羞愧是某种外界强加给生灵本身的东西。它可以被内化，这是毫无疑问的，但它原先是外界强加的。肯定是这样的。没有哪个生灵（所有生灵都是神圣的）会觉得它自己或者它正在做的事情是“可耻的”或者“有罪的”，除非别的生灵给它贴上这样的标签。

比如说在你们的社会，婴儿会因为大小便失禁而感到羞愧吗？当然不会。直到你们告诉它这是可耻的事情，它才会。儿童会因为玩弄自己的性器官而感到“负疚”吗？当然不会。直到你们告诉它这是可耻的行为，它才会。

一个社会的进化程度越高，就越不会给生灵或者行为贴上“可耻”或“有罪”的标签。

没有哪种行动被认为是“可耻”的吗？一个人无论做什么，都不会感到“愧疚”吗？

我早就告诉你啦，对和错这种东西是不存在的。

有些人还是无法理解这个道理。

要理解我们在这里说的话，必须读完整套对话录。任何话语只要脱离了语境，都是不可理解的。第一卷和第二卷详细地解释了上面讲述的道理。你在这里要我做的是描述宇宙里高度进化的社会。那些社会已经明白这个道理。

好吧。和我们相比，这些社会还有什么特别之处呢？

还有许多啊。比如说他们从来不相互竞争。

他们发现，每当一个人输，所有人都输。因此他们并不创造各种体育比赛来教孩子（或者强化成年人）这种异常的观念：有人“赢”、有人“输”的比赛居然是娱乐活动。

此外，正如我说过的，他们分享一切。当别人需要某样东西的时候，他们不会仅仅因为这样东西很稀缺，就吝于分享或者囤积居奇。恰恰相反，这个原因会促使他们把东西拿出来和大家一起用。

在你们的社会，就算你们肯分享稀缺的东西，你们的索价也会很高。你们通过这种方法来保证，万一不得不分享某样你们“拥有”的东西，你们至少可以因此变得富裕。

高度进化的生灵也因为分享稀缺的东西而变得富裕。唯一的区别在于高灵对“富裕”的定义和人类不同。高灵只要免费分享一切就会觉得“富裕”，他不需要得到“利润”。实际上，这种感受就是利润。

你们的社会有几项指导方针，它们造成了你们的行为。正如我前面说过的，你们最基本的指导方针是：最合适者才能生存。

这可以被称为你们的第二指导方针。它支撑着你们的社会创造的一切：经济、政治、宗教、教育和社会结构。

然而在高度进化的生灵看来，这个原则是不能自圆其说的。它是自相矛盾的。因为高灵的第一指导方针是，我们所有人是一体，除非所有人都是“适者”，否则“一体”便不是“适者”。所以“最合适者才能生存”是不可能的，因为如果有一个人不能生存，那么所有人都不能生存。

你能听得懂吗？

能啊。这不就是我们说的共产主义嘛。

在你们的星球上，凡是不让你们牺牲别人以成全自己的制度，都会遭到你们的拒绝。

假如某种政治或者经济制度要求你们将“全体”创造出来的利益、属于“全体”的资源平等分配给“所有人”，你们就会说那种制度违背了自然法则。可是在高度进化的社会，自然法则就是平等分享。

哪怕是什么都没做的人，哪怕是对公共利益毫无贡献的人，哪怕是坏人，也要分给他吗？

公共利益就是生活。你只要活着，就对公共利益有贡献。对灵魂来说，寄居在物质形式之中是非常艰苦的。从某种意义上来讲，同意进入这种形式是一种巨大的牺牲——然而这种牺牲是必要的，也是愉快的，因为只有这样，全体才能够通过经验认识其自身，才能够重现创造其自身，最完美地实现它对自身的最伟大期许。

关键在于理解我们来到这里的目的。

我们是谁？

构成集体的灵魂呀。

你把我弄糊涂啦。

我已经解释过啦，灵魂、生灵和本体只有一个。你们有些人称之为“神”。这单一的本体将其自身“个体化”为宇宙间的一切；换句话说，它就是太极。这一切又包括了全体有意识的生灵，也就是你们所说的灵魂。

那么“现在”的每个灵魂都是“神”？

现在、从前和将来的每个灵魂都是。

那么神是“集体”咯？

这个词汇是我精心挑选的，在你们的语言里，它是最贴切的。

神不是某个可敬可畏的单一生灵，而是一个集体？

它不一定要非此即彼啊。你不妨换种思维！

神两者皆是吗？既是可敬可畏的单一生灵，也是由个体化的部分组成的集体？

说得好！非常好！

这个集体为什么要到地球来呢？

为了在物质世界里表达其自身。为了通过它自己的经验认识其自身。为了成为神。这我在第一卷早就详细解释过的。

你创造我们，是为了成为你？

确实是这样的。这正是你们被创造出来的原因。

人类是被一个集体创造出来的？

你们自己的《圣经》曾说：“让我们依照我们的形象和模样来创造人。”这句经文后来被篡改了。

生活是一个过程，神在这个过程中创造其自身，然后经验这种创造。这个创造过程是持续的、永恒的。它一直都在发生。相对性和物质世界是神所用的工具。纯粹的能量（也就是你们所说的灵）是神的本质。这种本质是真正的圣灵。

借由能量变成物质的过程，圣灵在物质世界中得到体现。在这个过程中，能量降低了它的频率，改变了它的震颤或者振动速度。

那总体的圣灵化为各个部分，完成这个过程。也就是说，整体的各个部分都做了相同的事情。圣灵的这些分身就是你们所说的灵魂。

实际上，灵魂唯有一个，它不断地改变自身的形态。这可以被称为重塑。你们都是处于塑造过程中的神。

这就是你们的贡献，这本身就是很大的贡献。

简单来说，你们只要化身为人，便已足够。我不要求、不需要你们做更多的事情。你们已经对公共利益做出了贡献。你们已经让那公共的总体——那一体的公共元素——有机会经验到什么是好。其实你们已经写下这样的话：神创造了天堂和人世，在地上走的兽，空中的鸟，海里的鱼，这是非常好的。

但若没有对立之物，“好”并不能经验地存在。因此你们也创造了坏，它是好的反向运动。生活也要有对立之物，所以你们创造了所谓的死亡。

然而死亡在终极实在里是不存在的，它只是一种杜撰，一种构想，一种想象出来的经验，它能让你们更加珍惜生活。在英文里面，坏（evil）倒过来写就是生活（live）。这种语言是非常巧妙的。这种语言里隐藏着智慧，却连你们都不知道。

喏，当你明白了整套宇宙理论，你就能理解这个伟大的真相。然后你就永远不会要求别的生灵先把某样东西给你，你才肯与之分享物质生活中的资源和必需品。

你说得再漂亮也没有用，仍然会有人说你这是共产主义。

如果他们想这么说，那就随他们去吧。然而我告诉你吧：在认识到你们是一体之前，你们不会有神圣的合一经验，也无法认识到我的身份。

宇宙里那些高度进化的社会深深地明白我在这里解释的一切。在那些社会里，拒绝分享的事情是不可能出现的。因为某样东西较为稀缺就漫天要价的事情也不可能出现。只有极其原始的社会才有这种事情。只有极其原始的生灵才会把必需品的紧缺视为发财的良机。高灵的经济制度并不由“供给与需求”驱动。

人类宣称他们的经济制度为生活质量和公共利益做出了贡献。然而在高度进化的生灵看来，你们的经济制度侵犯了公共利益，因为它并不允许所有公众都得到利益。

高度进化的社会另一个独特之处是，在这些社会里，没有任何词汇、声音或者其他方式能够表达“你的”或者“我的”的意思。他们的语言里没有人称代词的所有格，假如高灵说的是地球的语言，那么他会用定冠词来描述事物。按照这种规则，“我的轿车”变成了“我现在相处的这辆车”；“我的伴侣”或者“我的孩子”变成了“我现在相处的伴侣”或者“我现在相处的孩子”。

“现在相处”或者“面前”最接近你们语言中的“所有”或者“占有”。

在你面前的东西都是礼物。它们其实都是生活送给你的礼物。

因此，在高度进化的社会，那些高灵甚至不会说“我的生活”，他们只会说“在我面前的这种生活”。

这跟你们说“在神的面前”有些相似。

当你们在神的面前（你们确实在神的面前，无论什么时候，你们都在彼此的面前），你们不会把属于神的东西——也就是世间万物——藏起来，不让神得到。你们将会自然地、平等地把属于神的东西，与神的所有分身共享。

这是支撑所有高度进化文明的整个社会、政治、经济和宗教结构的灵性原理。这是解释一切生活的宇宙观，由于你们没有认识这种宇宙观，也没有理解它，更没有依照它去生活，所以你们在地球上才会经验到种种乱象。

# Chapter 19

其他星球上的生灵长什么样呢？

尽情发挥你的想象力吧。外星人的种类和你们地球上的物种一样多。

其实更多。

有些长得跟我们很像吧？

当然啦，有些跟你们长得几乎一模一样，只是有些细微的差别。

他们怎么生活呢？他们吃什么呢？他们穿什么衣服呢？他们怎么交流呢？我想了解外星文明的一切。拜托，跟我说说嘛。

我知道你很好奇，可是我们写这几本书，不是为了满足你的好奇心。我们对话的目的，是给你们的世界带来消息。

就这几个问题啦。这不仅仅是好奇心作祟。也许在这些方面有值得我们学习的地方。或者更准确地说，有值得我们忆起的地方。

这确实更为准确。因为你们没什么需要学习的，你们只需要忆起你们的真实身份。

你在第一卷把这个道理讲得非常清楚啦。其他星球的生灵忆起他们的身份了吗？

也许你已经料到，各地的生灵都处在不同的进化阶段。但在你说的高度进化的社会，是的，那些生灵已经忆起。

他们怎么生活呢？怎么工作、旅行和交流呢？

高度进化的社会并不存在你们社会那种旅行。他们的技术非常先

进，早就无须使用石油来驱动安装在巨大的载人机器里的引擎。

除了新的技术提供的东西以外，他们对精神和客观世界的了解也非常先进。

在这两种进步的共同作用之下，高灵可以随意拆卸和组装他们的身体，这使得高度进化社会里的生灵可以随时去往他们想去的地方。

包括几光年以外的地方吗？

是的。在大多数情况下，是这样的。这种跨越星系的“长途”旅行就像打水漂那样。这种旅行并没有穿过宇宙矩阵，而是像石头跳过河面那样跳过它。如果要用你们的语言来解释这种旅行的原理，这种比喻是最贴切的了。

至于你们社会中所谓的“工作”——这个概念在高灵社会也不存在。高灵纯粹是凭着自己的爱好去完成任务的，而且把完成任务视为对自我的最高表达。

要是人们能够这样，那就太好啦，可是那些贱役怎么办呢？

“贱役”这个概念并不存在。你们社会认为“低贱”的劳动，在高度进化的社会往往是最受推崇的。有些高灵从事的日常任务是维持社会存在和运转必需的，他们是得到最多回报和最多尊敬的“工人”。我给“工人”这个词汇加上引号，是因为在高灵看来，这根本不是“工作”，而是最高级的自我实现。

人类围绕自我表达（你们称之为工作）创造出来的观念和经验在高灵社会中根本找不到。“粗活”、“加班”、“压力”等等纯粹是你们自己创造出来的经验，高灵并不选择这些经验，他们也并不想要“独占鳌头”、“出人头地”或者“功成名遂”。

你们所定义的“成功”对高灵来说也是陌生的，这恰恰是因为它的对立之物——失败——并不存在。

那高灵怎么获得成就感呢？

他们并不通过打造一套以“竞争”和“输赢”为核心的价值观来获得成就感。人类社会，尤其是你们的学校，则主要是靠这样的价值观。高灵深深地知道，在社会里，真正有价值的是什么，并由衷地欣赏那真正有价值的。

他们对成就的定义是“做了能够带来价值的事”，而非“做了能够带来‘名利’的事，不管这事是否有价值”。

看来高灵也有一套“价值观”啊！

是的。当然有。但它跟人类的价值观有很大的差异。高灵认为给所有人带来利益的，就是有价值的。

我们也这么认为啊！

是的，但你们对“利益”的定义十分不同。你们认为将小白球扔给某个手持木棒的人，或者在巨大的银幕上搔首弄姿所带来的利益，比教育后代记住生活最大的真相，或者在社会上传播灵性理论大。所以你们为棒球运动员和电影明星奉上的尊敬和金钱，远比你们给教师和神父的多。从你们宣称你们的社会要达到的目标来看，你们这么做完全是本末倒置。

你们并没有培养出非常厉害的观察能力。高灵总是能够看到“现状”，并采取“有效”的对策。而人类通常并不。

高灵尊敬教师和神父，并非因为这么做“合乎道义”。他们这么做，是因为这对他们整个社会的发展目标是有利的。

话虽这么说，凡是有价值观的地方，必定有“有者”与“无者”。看来在高灵社会，教师富得流油、名闻遐迩，而棒球运动员则一贫如洗咯。

高灵社会并没有“无者”。你们任由许多人生活在水生火热之中，

但没有哪个高灵过得这么惨。地球上每小时有四百名儿童、每天有三万人因饥饿而死，但没有哪个高灵会饿死。许多人生活在“安静的绝望”之中，但高灵社会没有这种情况。

绝对没有。高灵社会没有“凄惨”和“贫穷”这种东西。

他们是怎么做到的呢？

通过实行两个基本原则：

我们所有人是一体。

一切均已足够。

高灵是知足的，并且有意识地去创造知足的感觉。高灵意识到所有事物之间皆有千丝万缕的关系，所以在高灵所处的星球上，没有东西会被浪费，没有自然资源遭到破坏。这让每个人都拥有许多东西——所以“一切均已足够”。

人类则贪得无厌，总是觉得“不够”，这种意识是地球上所有焦虑、所有压力、所有竞争、所有妒忌、所有愤怒、所有冲突以及所有杀戮的根源。

除此之外，人类还坚信万事万物之间并非统一的，而是彼此分离的。你们生活中的悲惨遭遇，你们历史上的悲伤往事，以及你们始终不能让每个人过得更好的局面，有百分之九十是这两种意识造成的。

如果你们改变这两种意识，一切将会发生变化。

怎么改变呢？我想去改变，但不知道该怎么做。教教我吧，别光是说废话。

好啊。你说得对。那我来教你一招。

“表现出”。

表现出你们所有人是一体。明天就开始这么做。把每个人当成“你”，只是生活比较艰难。把每个人当成“你”，只是缺乏公平的机会。把每个人当成“你”，只是拥有不同的经验。

试试看吧。明天就到处走走，试试看。用新的眼睛去看每个人。

然后，开始表现出“一切均已足够”。假如你有“足够”的钱，“足够”的爱，“足够”的时间，你会做些什么别的事情呢？你会更加开放、大方、平等地去跟别人分享吗？

这挺有意思的，因为我们正是用这种态度来使用自然资源，却遭到生态学家的批评。我是说，我们确实表现出自然资源是“足够”的。

真正有意思的是，你们表现出那些你们认为对你们有益的东西是短缺的，所以你们非常仔细地看管这些东西——甚至常常囤积起来。然而你们却不负责任地糟蹋你们的环境、自然资源和生态系统。这只能说明你们并不认为你们的环境、自然资源和生态系统对你们是有益的。

也可以说明我们“表现出”一切均已足够。

但其实不是。假如你们真那么想，你们就会更加平等地分享这些资源。然而就在目前，世界上五分之一的人口占用了五分之四的资源。没有任何迹象表明你们打算改变这个等式。

假如你们不再将资源不顾后果地浪费在少数权贵身上，每个人都会有足够的资源。假如所有人都明智地使用资源，而不是任由少数人去挥霍，那么你们需要的资源会比现在少得多。

利用资源，但别滥用资源。这是所有生态学家的忠告。

哎呀，我又觉得郁闷啦。你总是让我觉得很郁闷。

你真是奇怪啊，你知道吗？你开着车，行驶在无人的道路上，迷失了方向，忘记怎么去往你说你想去的地方。有人走过来，给你指

路。终于找到方向啦！你应该欣喜若狂才对，是吧？可是你没有。你很郁闷。

这太奇怪啦。

我郁闷，是因为我没看到我们正在朝这些方向走。甚至没看到有人愿意。我看见的是我们马上就要碰壁，这让我感到郁闷。

你没有动用你的观察能力。我看见的是，数十万人看到这里，欢喜雀跃。我看到数百万人认可这里所说的真相。我看到你们星球上新的改革力量越来越强大。各种思维系统正在被抛弃。各种统治方式正在被废黜。经济政策正在被改写。灵性真相正在重新接受检验。

你们人类正在醒悟之中。

别因为这些页面上的提醒和点评而泄气。只要你们让这些话成为驱动变化之引擎的燃料，你们应该为之而欢欣鼓舞。

你是引发变化的触媒。你可以改变人类创造和经验生活的方式。

怎么改变呢？我该怎么做呢？

成为新的方式。成为变化。体现那种“我们所有人是一体”和“一切均已足够”的意识。

改变自我，改变世界。

你已经把这本书，以及《与神对话》系列的图书送给你自己，所以你也许能够再次忆起如何像高度进化的生灵那样去生活。

我们以前采用过那种生活方式，对吧？前面你说过我们曾经那样生活过。

是的。在你们所谓的古代和古代文明，人类是那样生活的。我在这里描述的生活，大部分是人类以前经验过的。

现在我觉得更郁闷啦！原来我们曾经达到那个境界，然后又迷失了？我们这样“往复循环”有什么意义呢？

进化！进化不是直线的。

你们有机会重新创造出你们的古代文明有过的最好经验，同时避免那些最糟的。这次你们可以不让过度膨胀的自我和先进的技术毁掉你们的社会。你们可以采取不同的做法。你们——你——可以做出贡献的。

那会让你非常兴奋，如果你去努力的话。

好的。我懂了。我光是想起来就觉得很兴奋！我会做出贡献的！再跟我说说吧！我想尽可能多地忆起古代那些先进文明的情况，以及今天所有高度进化生灵的生活方式。他们的居住方式是什么样的呢？

他们生活在聚居区里，用你们的话来说就是社区，但他们大多数抛弃了你们所说的“城市”或者“民族国家”。

为什么呢？

因为“城市”变得太大了，对聚居生活有害无益。它产生的是“拥挤的个人”，而非聚居的人群。

那跟这星球上的情况相同啊！和多数大城市相比，小城镇或者农村，甚至是开阔的乡下地方，更有亲切的感觉。

是的。就这个问题而言，你们的世界和我们正在讨论的其他星球只有一个区别。

哪个？

其他星球的居民已经明白这个道理。他们更加仔细地观察到那种居住方式更加“有效”。

我们则不断地创造出越来越大的城市，哪怕我们明明知道这些城

市正在破坏我们的生活方式。

是的。

我们甚至为排名而骄傲！如果某个都会在大城市排行榜上从第十二名上升到第十名，所有市民都会为之而庆祝！各种商务组织还会广而告之！

原始社会的标志是把退步当成进步。

你前面说过这句话。你又让我觉得很郁闷啦！

越来越多人不再这么做。越来越多的人开始重新创造小型的“亲密”社区。

看来你是认为我们应该抛弃大城市，回归小城市和乡村咯？

你们想怎么样我无所谓。我只是实话实说。

你还是老样子。那么，在你看来，既然我们明白迁居到那些越来越大的城市对我们来说没有好处，我们为何还要那么做呢？

因为你们许多人并不认为这对你们没有好处。你们相信群集在大城市能够解决问题，其实这种做法只会创造问题。

诚然，大城市服务业发达，工作岗位众多，娱乐活动丰富，这些是小城镇或者乡村所没有的。但你们的错误在于，你们说这些东西是有益的，可它们实际上是有害的。

啊！原来你对这个问题有看法！你刚刚露出马脚啦！你说我们犯了“错误”。

如果你前往圣何塞——

你又来了——

嗯，你非要把实话实说当作“评判”，把实事求是当作“偏好”。我

知道你希望你的交流和认知能够更加准确，所以我每次都要提醒你。

如果你前往圣何塞，却说你想去的是西雅图，你去找旁人问路，他说你犯了“错误”，他说错了吗？这个旁人是在表达“偏好”吗？

我猜不是吧。

你猜？

好吧，他不是。

那他在干什么呢？

他只是针对我们说我们想去的地方，说出“实际情况”而已。

很好。你终于明白啦。

但这个道理你前面说过的。说过好几遍。我为什么总是觉得你有好恶、会评判呢？

因为这是你们的神学所描绘的神，只要有机会，你们就会拿这种说法往我身上套。此外，如果我确实有好恶，那你们就轻松多啦。那样的话，你们就无须对事情进行思索，得出你们自己的结论。你们只要照我说的做就可以。

当然，你们没有办法知道哪些话是我说的，因为你们认为我已经有数千年没有说过话，所以你们别无选择，只能求助于某些人，他们宣称我确实跟凡人有过交流，而他们传授的正是我当年说过的话。但即使如此，也仍有问题，因为不同的教师和教派多如牛毛。所以你们又回到了起点，不得不总结出你们自己的结论。

有办法走出这个怪圈吗？这个怪圈已经给人类创造了太多的惨剧。我们能把它弄直吗？

你们有办法走出来，也能把它弄直。你们只需要提高观察技巧就可以。你们必须看清楚什么对你们有益。这叫做“进化”。实际上，你

们不可能不把它弄直。你们不可能失败。这是个迟早的问题，而非能不能的问题。

但我们这个星球不是来日无多了吗？

哦，如果你想以这个为标准，也就是说，如果你希望在这个星球的资源仍够你们挥霍的时候走出这个怪圈，那么，在这种前提下，你们最好走快点。

怎样才能走得更快呢？请帮帮我们！

我正在帮助你们啊。你认为这套对话录是干什么用的？

好吧。那么请给我们更多的帮助吧。你刚才说，在其他星球那些高度进化的社会里，高灵也放弃了“民族国家”的概念。他们为何这么做呢？

因为在他们看来，你们所谓的“民族主义”有悖于他们的第一指导方针：我们所有人是一体。

从另外一方面来看，民族主义符合我们的第二指导方针：适者生存。

正是如此。

你们把你们自己分裂成不同的国家，原本是为了生存和安全——结果却适得其反。

高度进化的生灵拒绝组成民族国家。他们认为民族国家只有一个。你甚至可以说他们组成的是一个“在神之下”的国家。

你很聪明嘛。但他们有“让所有人享有自由和正义”吗？

你们呢？

我们没有。

关键在于，所有物种都正在进化，而进化（这是观察什么对你们有益，并调整你们的行为的目的）总是接近一个方向，远离另一个方向。它总是接近统一，远离分裂。

这并不奇怪，因为统一是终极的真相，“进化”其实就是“向真相前进”的同义词。

我发现“观察什么对你们有益，并调整你们的行为”这句话听起来特别像我们的一项指导方针：“适者生存”！

是很像，对吧？

应该“实事求是”地说，“适者生存”（也就是物种的进化）这个目标并没有实现，实际上，你们人类来日无多，自取灭亡，因为你们误将“过程”当作“方针”。

哎呀，我被你弄糊涂啦。

所谓的“进化”是一个过程。而指导过程的“方针”则是你们的进化路上的指南针。

你们是对的。进化确实是“适者生存”。过程确实如此。然而别混淆了过程和方针。

假如“进化”与“适者生存”是同义词，并且你们宣称“适者生存”是一项指导方针，那么你们无异于说：“进化的指导方针是进化。”

然而只有不懂得它能够控制自身的进化路线的物种才会这么说。只有自贬为其自身进化的旁观者的物种才会这么说。因为大多数人认为“进化”是一个独立的过程，而非一个他们能够依据某些方针予以引导的过程。

所以这个物种宣称：“我们的进化的指导方针是……呃，是进化。”但他们从来说不清楚那方针到底是什么，因为他们混淆了过程和方针。

而有些物种明白进化是一个过程，而且是一个可以由物种加以控制的过程；这样的物种并不混淆“过程”和“方针”，它们会有意识地选择一项方针，用它来引导进化的过程。

这叫做有意识的进化，你们人类才刚刚到达这个境界。

哇，你说得太有道理啦。这就是你让芭芭拉·马科斯·哈波德写那本书的原因吧！正如我前面说过的，她起的书名是《有意识的进化》。

确实如此。这书名是我让她起的。

我很喜欢它呢！嗯……我还想继续谈谈外星人。这些高度进化的生灵既然不分民族，那他们如何组织他们自己呢？他们怎样统治他们自己呢？

他们并不将“进化”当成进化的第一指导方针，而是完全根据观察到的情况，创造出一种方针。他们发现他们所有人是一体，这就是他们的第一方针。他们设计出各种政治、社会、经济和灵性制度，用其来强化而非削弱这个方针。

那是什么样的呢？比如说，他们的政府是什么样的呢？

假如只有你一个人，你会怎么统治你自己呢？

你说什么啊？

假如只有你一个人，你会怎样管理你的行为？谁来管理你的行为？除了你之外，还有谁？

没有了呀。假如只有我一个人，比如说我流落到某个荒岛上，那么除了我自己，没有人会来管理或者控制我的行为。我想怎么吃就怎么吃，想怎么穿就怎么穿。我很可能什么都不穿。我要是饿了，随时都会吃东西，哪些东西美味又健康我就吃哪些。我会做那些我喜欢做的事情，这其中包括一些我觉得为了生存必须做的事情。

嗯，一如既往，你还是什么都懂呀。我早就跟你说过，你什么都不用学习，你只要回忆就可以。

先进的文明社会就是这样的吗？他们赤身裸体地四处乱走，采集野果，挖刻独木舟？这些听起来像野蛮人啊！

你认为谁更快乐、更接近神呢？

这个问题我们前面讨论过啦。

是的，是讨论过。原始社会的标志就是认为朴素等于野蛮，复杂等于先进。

有意思的是，那些非常先进的生灵的观点则正好相反。

可是所有文明都是向着越来越复杂的方向发展的呀，进化的过程本身其实也是如此。

从某种意义上来说，是这样的。但这是最伟大的神圣二元论：

极致的复杂，即是极致的朴素。

系统越是“复杂”，它的原理越是朴素。实际上，这种原理虽然朴素，但却极其美妙。

大师明白这个道理。所以高度进化的生灵过着极其朴素的生活。所以高度进化的制度也是极其简单的。高度进化的政府制度，高度进化的教育制度，高度进化的经济或者宗教制度——这些无不极其朴素而美妙。

例如，高度进化的政府制度就是什么都不管，只有自我管理。

就好像只有一个人参与其中。就好像只有一个人受到影响。

不是好像，而是实际如此。

高度进化的生灵懂得这个道理。

正是如此。

我开始有点融会贯通啦。

很好。我们剩下的时间已经不多。

你准备走啦？

这本书挺长的了。

# Chapter 20

等等！别急啊！你不能现在就走！我还有许多关于外星人的问题！他们会到地球来“拯救”我们吗？他们会带来各种技术，让我们平衡地球磁极、净化大气层、利用太阳能、控制天气、治疗所有的疾病、改善我们在地球上的生活吗？他们会阻止我们疯狂地自取灭亡吗？

你们可能不希望这样的事情发生。“高灵”知道这一点。他们知道这种干预智慧使你们从属于他们，将他们奉为神明，让他们取代你们现在所崇拜的神。

其实你们并不从属于任何人或者任何神明，这是那些来自高度发达的文明的生灵想要你们明白的道理。因此，如果他们想要和你们分享某些技术，他们将会采取特定的方式和特定的速度，让你们能够意识到这些技术是你们自己研发的，而不是别人送给你们的。

同样地，如果高灵想要和你们分享某些道理，他们也会采取特定的方式和特定的速度，让你们能够看见更大的真相，看见你们自己的能力和潜力，而不是把你们的教师奉为神明。

太迟啦。可惜我们已经那么做啦。

是的，我发现了。

这让我们想起了人类的伟大导师，那个叫做耶稣的人。即使那些不把他奉为神明的人，也承认他传授的道理很了不起。

他传授的道理遭到了很大的曲解。

耶稣也是这些高灵——高度进化的生灵——吗？

你认为他的进化程度高吗？

很高啊。还可以算上佛陀、奎师那、摩西、摩诃阿梵达、赛义巴巴和瑜伽难陀。

确实是。还有许多你没提到的人。

嗯，在第二卷，你“暗示”耶稣和其他这些导师可能来自“外太空”，他们可能只是来这里做客，与我们分享高度进化的生灵的智慧和知识。所以这次请你把谜底揭开吧。耶稣是“太空人”吗？

你们都是“太空人”。

这是什么意思呢？

你们不是地球的原住民。

真的啊？

真的。构成你们的“基因材料”是被故意放在这个星球上的。它的“出现”不是偶然的。形成生命的那些元素并不是经过某些凑巧的生物过程而相互结合的。这涉及到一个计划。这里发生的一切背后另有玄机。要有数百亿种生化反应，才能让你们现在认识的生命在地球上出现，你认为这一切是偶然发生的吗？你认为这是一连串随机事件碰巧造成的结果吗？

没有啦，我当然没有。我同意你的说法，这是计划好的。是神计划好的。

很好。因为你说对了。这一切都是我的主意，我的计划，我的过程。

照你这么说，你也是“太空人”咯？

当你想象你正在和我对话时，你通常会望着哪里？

上方。我会仰望上空。

为什么不向下看呢？

我也不知道。大家总是向上看，向“天空”看。

我是从那个方向来的？

我想是吧。

这不等于说我是太空人吗？

我不知道啊，你是吗？

如果我是太空人，你们还会觉得我是神吗？

从大多数人对你的看法来看，会的。我想会的。

如果我是神，你们还会觉得我是太空人吗？

这要看我们怎么定义吧，我想。

假如我不是“人”，而是力量，是宇宙里的“能量”，是宇宙的本质，其实就是太极，那又怎么样呢？假如我是总体，那又怎么样呢？

嗯，实际上你说过你就是这些啊。在这套对话录里，你说你就是这些。

是的，我是这么说。你相信吗？

我觉得我是相信的吧。至少我觉得神就是太极。

很好。那么你认为你说的“太空人”这种东西存在吗？

你是说那些来自外太空的生灵吗？

是啊。

存在啊。我本来相信这个，现在你又跟我说他们是存在的，所以我肯定认为他们存在啊。

这些“来自外太空的生灵”是“太极”的一部分吗？

嗯，当然是啦。

假如我就是太极，这不意味着我也是太空人吗？

嗯，是的……但是依照定义，你也是我啊。

说对啦。

是的，但你总是回避我的问题。我在问你耶稣是不是太空人。我认为你知道我的意思。我的意思就是，他到底是外太空的生灵，还是土生土长的地球人？

你的问题又陷入“非此即彼”的思维模式了。发挥你的想象力。拒绝“非此即彼”，考虑“两者皆是”。

你是说耶稣虽然在地球上出生，但有着“太空人的血统”，对吧？

谁是耶稣的父亲呢？

约瑟。

是的，但谁是他的生父呢？

有些人认为耶稣没有生父。他们说圣母玛利亚被大天使上了身。耶稣是“圣母玛利亚生下来的圣灵的种”。

你相信这种说法吗？

我不知道该相信哪种说法。

好吧，假如玛利亚被大天使上了身，你认为这个天使来自什么地方呢？

来自天外吧。

来自哪里？

我说来自天外。来自另一个世界。来自神的世界。

我知道。这不就意味着神是太空人吗？

不能这么说吧。我们刚才说神是一切，由于太空人是“一切”的组成部分，所以神是太空人，就像神是我们一样。神是一切。神是总体。

很好。那么这位上过圣母玛利亚的大天使来自另一个世界。来自天堂。

是的。

这个世界就在你们的自我之内，因为天堂就在你们内心。

我可没这么说。

好吧，那这样说吧，这个世界就在宇宙的内在空间之内。

我也不会这么说，因为我不知道这句话是什么意思。

那么它在哪里呢？它在外部的空间？

（长久的沉默）

你这是在玩文字游戏。

我这是在尽最大的努力。你们的语言的表达能力是非常有限的，然而我尽量用它来讲解一个深奥的道理；实际上，这个道理是你们这种有限的语言所不能描绘、你们目前这种有限的感知层次所不能理解的。

我是在用新的方式来使用你们的语言，以便为你们打开一扇新的知觉之门。

好吧。那么你的意思是说，耶稣的亲生父亲是来自另外一个世界的高度进化的生灵，所以耶稣既是人类，也是高灵，对吧？

曾经在地球上行走过的高灵有很多，现在也有很多。

你是说我们当中有“外人”？

看得出你们的报纸、播音台和电视台对你的影响很大。

怎么这样说呢？

你们总是有办法把事情变得耸人听闻。我不会把高度进化的生灵称为“外人”，也不会把耶稣称为“外人”。

在神看来，没有哪个人是“外人”。地球上没有“外人”。

我们所有人都是一体。如果我们所有人是一体，那么对于我们来说，没有哪个个体是外来的。

我们当中有些个体——也就是说，某些生灵——忆起的更多。这个回忆（重归于神，或者再次成为总体的一部分）的过程就是你们称为进化的过程。你们都是进化中的生灵。有些人的进化程度已经很高。也就是说，这些人唤起的回忆更多。这些人知道你们的真实身份。耶稣就知道，并且将其说出来。

好吧，反正你说来说去就是不肯说耶稣是不是太空人。

不是这样的。我来直接告诉你。那个你们称为耶稣的人的灵魂并不属于地球。那灵魂只是进入了一个人类的身体，让它自己能够学会如何做小孩，如何成为大人，如何自我实现。他不是唯一做过这种事情的人。所有灵魂均不“属于地球”。所有灵魂都来自另一个世界，然后进入了身体。然而并非所有的灵魂都是只用一辈子就能自我实现。耶稣做到了。他是高度进化的生灵（也就是你们有些人所说的神），而他来到人间，是带着目的、带着使命的。

他的使命是拯救我们的灵魂。

从某种意义上可以这么说。但他并不是要将你们的灵魂从永恒的责罚中拯救出来。你们想象中的地狱是不存在的。他的使命是，让你们能够认识和经验到你们的真实身份。他的目标是身体力行地展现你们可以做到的事情。实际上也就是展现你们的本质——只要你们能够接受，你们就可以成为耶稣那样的人。

耶稣采用的办法是以身作则。所以他才会说："我就是生活和道路。请随我来。"他说"请随我来"，并不是要让你们变成他的"追随者"，而是要让你们跟随他的足迹，达到与神合一的境界。他说："我和圣父是一体，你们是我的兄弟。"他这话说得再清楚明白不过啦。

原来耶稣不是神派来的，他是外太空来的。

你的错误在于把这两者分开。你总是要做出区分，比如说你总是说人和神之间是有分别的。但我告诉你吧：这种分别是不存在的。

嗯。好吧。在我们结束这次对话之前，你能跟我说说最后几样关于其他世界的生灵的事情吗？他们穿什么呢？他们用什么方法交流呢？拜托，别说这是无聊的好奇心在作祟。我想我已经证明这里面有些东西值得我们去学习。

好吧，那我就来简单地说说。

在高度进化的文明，生灵认为没有穿衣的必要，他们穿衣服只是为了抵御某些他们无法控制的天气，或者为了用服饰来表明某些"职位"或"荣誉"。

高灵无法理解你们何以要毫无必要地让全身上下都穿着衣物；她肯定无法理解诸如"羞耻"或者"端庄"之类的概念，也不会觉得把身体包起来会显得"更漂亮"。在高灵看来，赤裸的身体本身就是最漂亮的，所以那种认为给它穿上某些衣服会让它变得更有吸引力或者更好看的观念，高灵是绝对无法理解的。

高灵同样无法理解的是，你们居然生活在——把大部分时间耗在——封闭的空间里，并美其名曰"建筑"或者"房子"。高灵生活在自然

环境里，假如他们进入封闭的空间，那肯定是因为他们的环境变得恶劣了——而这种情况很少发生，因为高度进化的文明创造、控制和关爱他们的环境。

高灵也明白他们和环境是一体的，他们和环境共享的不仅是空间，还有一种相互依赖的关系。高灵永远无法理解你们为什么要损害或者破坏你们赖以生存的东西，所以他们只能得出这样的结论：你们并不知道你们的生存要依靠环境，而且你们是一种观察能力非常有限的生灵。

至于交流，高灵最主要的交流手段是你们称为感受的东西。高灵清楚自己的感受，也清楚别人的感受，而且绝不会试图隐瞒这些感受。高灵发现，那种隐瞒感受、然后抱怨没有人明白自己感受的做法无异于自残，因而是不可理解的。

感受是灵魂的语言，高度进化的生灵明白这个道理。在高灵社会，交流的目的是认识彼此的真相。因此，高灵不可能理解你们人类那个叫做“撒谎”的概念。

在高灵看来，通过说谎而获得成功是毫无意义的，这样的成功根本不是一种胜利，而是一种令人震惊的失败。

高灵并不“说出”真相，他们本身就是真相。他们毕生“实事求是”，只做那些“行得通”的事。在很久很久之前，早在他们仍通过话语来交流的时候，高灵便已了解到，说谎是行不通的。而在你们的社会，许多人尚未明白这个道理。

地球上大多数社会的基础是保密。你们许多人认为，若要在生活中获得成功，你们必须逢人且说三分话，而不是尽可全抛一片心。因而保密成为你们的社交守则，你们的伦理守则。它其实是你们的秘密守则。

也并非所有人皆是如此。例如，在你们那些古代文明或者原住民部落里，这种原则并不通行无阻。当前这个社会上也有许多人拒绝采

用这样的行为。

然而你们的政府却按照这种守则来运作，你们的商业也采用它，它在许多人际关系中也有所反映。许多人早就习惯了说谎，事情无论大小，他们总是要骗人，甚至还对谎言撒谎。因而，你们将保密守则变成了你们的秘密守则。比如说有个皇帝什么也没穿，大家都知道这一点，但没有人说出来。你们甚至试图假装皇帝是穿了衣服的——这无异于自我欺骗。

你以前说过这个道理。

我在这套对话录中反复地提起一些重要的道理，因为你们说你们想改变现状，但如果你们真的想改变，就必须掌握这些道理。

所以我再说一次：人类文明和高度进化的文明之间的区别是，高度进化的生灵：

1. 仔细地观察；
2. 真诚地交流。

他们明白什么“行得通”，而且会说出“实际情况”。只要你们向他们学习，这个细小然而微妙的改变将会极大地改善这个星球的生活。

对了，这跟道德没有关系。高灵社会没有“道德约束”，这个概念就像撒谎，也让他们大惑不解。他们之所以坦诚相待，只是因为这样能给他们带来好处。

高灵没有道德？

没有你们理解的那种道德。由某个群体制定一套价值观，并要求个体的高灵来遵守，这样的做法对高灵来说是“行不通”的，因为应该采取或避免哪种行为，这完全只能由每个高灵自己说了算。

高灵社会关注的永远是能否行得通，是否对所有人有益，而不是人类所谓的“对”和“错”。

但这难道不是一回事吗？难道我们不是把行得通的称为“对”，把行不通的称为“错”吗？

你们给这些标签附加了愧疚感和羞耻感（这也是高灵无法理解的概念），而且有难以计数的东西被你们标记为“错”，不是因为它们“行不通”，而仅仅是因为你们觉得它们“不得体”——有时候甚至不是因为在你们看来不得体，而是因为在“神的眼里”不得体。因而你们杜撰了许多关于行得通和行不通的定义——而这些定义跟实际情况是毫无关系的。

例如，人类社会往往认为诚实地表达自己的感受是“错”的。高灵不会得出这样的结论，因为坦诚相待有助于群居生活。所以正如我说过的，高灵永远不会隐瞒感受，或者觉得这样的做法在社交上是正确的。

这么做完全是不可能的，因为高灵能接收到其他生灵的“信号”，所以非常清楚他们的感受。有时候，当你走进某个房间，你能感受到房间里的“气氛”；同样道理，高灵能够感受到其他高灵正在思考和经验什么。

高灵也会使用你们所谓的“话语”，但这种情况很少。所有高度进化的有意识生灵之间都存在着“心灵感应”。实际上，一个物种的进化程度，或者同物种的生灵之间的亲密程度，可以从这些生灵在表达感情、欲望或者信息方面对话语的依赖程度看出来。

你不用问了，是的，人类能够开发出相同的能力，而且有些人已经开发出来了。其实在几千年前，许多人都有这样的能力。后来你们却倒退了，主要用话语——实际上就是“噪音”——来交流。但你们许多人正在重拾一个更为纯净的交流形式，它更为准确，也更为优雅。爱人之间尤其如此，这说明了一个主要的真相：关爱创造交流。

爱得越深，就越不需要话语。这个定理反过来也成立：你们彼此之间的话越多，相互关爱的时间就越少，因为关爱创造交流。

归根到底，所有真正的交流都是关于真相的交流。归根到底，唯一的真相就是爱。所以爱若在，交流就顺畅。交流若有困难，就意味着爱并没有得到充分的表达。

这些话说得太漂亮啦。也许我应该说，这次交流太漂亮啦。

谢谢你。总而言之，高度进化的社会的生活模式是这样的：

那些生灵生活在聚居区（它跟你们所说的小型亲密社区差不多）里。这些聚居区并没有被进一步组织成城市、省份或者国家，而是本着平等的原则彼此来往。

没有你们所理解的政府，也没有法律。议会倒是有的。通常由老年人组成。还有一种东西，用你们的话来说，就是“共同约定”。这种约定可以被简化为三角守则：觉悟、诚实、负责。

高度进化的生灵早就决定以这种方式共同生活。他们做出这种选择的根据并不是某些群体或者其他生灵提出的道德结构或者灵性道理，而是他们观察到的实际情况和行得通的办法。

这种社会真的没有战争或者冲突吗？

真的没有，这主要是因为，高度进化的生灵分享他拥有的一切，无论你想用武力得到什么，他都会给你。他这么做，是因为他知道反正一切东西属于所有人，而且如果他真的想要的话，总是可以创造出更多他“给出去”的东西。

高灵社会没有“产权”或者“损失”的概念。高灵知道他们并非有生命的肉身，而是寄居在肉身中的生灵。他们也知道所有生灵来自相同的本源，因而我们所有人都是一体。

我知道你以前说过这个……但就算有人威胁到高灵的生命，也仍然不会产生冲突吗？

连争吵都不会有。他会抛弃他的肉身——真的会离开肉身，把它

留给你。如果他想要的话，他会创造另外一个身体，再次化身为成年人，或者投胎转世，变成一对相爱的其他生灵的新生儿。

大多数高灵会以这种方式来重新进入物质世界，因为在高度进化的社会，最受尊敬的人莫过于新生的婴儿，而且成长的机会是极其宝贵的。

高灵不害怕你们所谓的“死亡”，因为高灵知道他们是永生不灭的，死亡无非意味着换一具躯壳而已。高灵往往能够在一具肉体之内生活无限久，因为高灵知道如何照顾身体和环境。假如由于客观规律方面的原因，高灵的身体丧失了其功能，高灵将会义无反顾地离开它，高高兴兴地将这躯壳还给大自然去“回收利用”。（这就是你们所理解的“尘土归于尘土”。）

我想回到你刚才说的一句话。你说高灵社会没有法律。但有人不遵守“三角守则”呢？那怎么办？把他枪毙了吗？

不会的。不会“枪毙”的。高灵社会没有“审判”或者“惩罚”，只有对“既成事实”和“有益之事”的观察。

其他高灵会仔细地向这个生灵解释“既成事实”（也就是他所做的事）并非“有益之事”，假如某件事对集体无益，那么它最终也不会给个人带来什么好处，因为个人就是集体，集体就是个人。所有高灵很早就懂得这个道理，通常是在你们所谓的青少年期就懂了，因而极少有高灵会造成那种并非“有益之事”的“既成事实”。

但假如有人这么做了呢？

他会得到改正错误的机会。其他高灵会运用三角守则，首先让他弄清楚他的所思、所说、所为造成的各种后果；其次再让他评价和宣布他在造成这些后果的过程中扮演的角色；最后给他一个机会，让他采取各种补救措施，以此来承担其他对这些后果的责任。

假如他拒绝这么做呢？

高度进化的生灵绝对不会拒绝这么做。那是不可思议的。要是那样，他就不是高度进化的生灵，你现在谈论的完全是另外一种层次的有意识生灵。

高灵在哪里学会这些道理呢？在学校吗？

高灵社会没有“学校系统”，只有一个提醒后代“既成事实”和“有益之事”的教育过程。抚养后代的是老年人，而不是那些生下他们的人。不过在这个学习过程中，他们不是非跟“父母”分开不可。父母随时都可以和他们在一起，而且想陪他们多久都可以。

在你们所谓的“学校”（其实最好翻译成“学习时间”），后代自己设定“课程表”，自行选择他们想要掌握的技能，而不是学习那些其他生灵要求他们学习的东西。学习的积极性因而被调动到最高水平，他们迅速地、轻松地、欢乐地掌握各种生活技能。

三角守则（这些并非真的是成文的“规矩”，但在你们的语言里，这种说法是最为贴切的）并非通过死记硬背“灌输”给年轻高灵，而是由“大人”以身作则，让“孩子”在潜移默化中加以接受。

在你们的社会，大人希望孩子学习的是一套，而他们的行为表现出来的又是另外一套；而在高度进化的社会，大人知道孩子会做那些他们看到别人做的事情。

高灵绝对不会让子女在电视机前一坐几个小时，任由他们去看那些儿童不宜的画面。这种做法在高灵看来是不可理喻的。

你们先做了这样的事情，然后等到你们的后代突然做出怪异的行为时，又否认那些画面是罪魁祸首。这在高灵看来也是不可理喻的。

我愿意再次指出，高灵社会和人类社会的区别，其实可以归结到一个非常简单的因素——我们称其为如实的观察。

在高灵社会，生灵承认他们看到的一切。在人类社会，许多人否认他们目睹的景象。

他们明明看到电视毁掉他们的子女，却无视这一点。他们明明看到暴力和“失败”居然被当成“娱乐”，却否认这其中有矛盾。他们发现烟草伤害身体，却假装事实并非如此。他们明明看到有个父亲成天酗酒，虐待家人，而全家人却都否定这个事实，并且不让别人对此说一句话。

几千年来，他们发现宗教完全无法改变大众的行为，但这一点也遭到否认。他们非常清楚地看到政府给人民带来的是压迫多过帮助，却否认这一点。

他们明明看到医疗保健系统其实是疾病维护系统，用在预防疾病上的资源只有十分之一，用在治疗疾病上的资源倒占了十分之九，明明看到有关机构为了赚钱，根本不愿意教人们怎样通过运动、饮食和作息来保持身体健康，却否认这一点。

他们强迫动物吃下添加化工品的食物，然后再将这些动物杀死，食用它们的肉，他们明明看到这种做法对健康毫无益处，却否认他们看到的事实。

他们不止这么过分啊。他们试图起诉那些敢于讨论这个话题的谈话节目主持人。你知道吗，有一本很好的书，是关于食物这个题材的，它提出了很多睿见。这本书叫做《新世纪饮食》，作者是约翰·罗宾斯。

人们将会去看那本书，然后否认、否认、否认它言之有理。这就是关键所在。你们大多数人生活在否认之中。他们不但否认身边每个人都看到的、明摆着的事实，而且还否认他们自己亲眼看到的景象。他们否认他们个人的感受，最终还否认他们自己的真相。

高度进化的生灵不否认任何东西——你们有些人正在达到这个境界。他们观察“既成事实”。他们清楚地知道什么是“有益之事”。只要使用这些简单的工具，生活将会变得很简单。“大过程”将会得到尊重。

是的，但这个“大过程”的原理是什么呢？

为了回答这个问题，我必须重申这套对话录反复提起的一个道理。一切取决于你们在你们心目中的身份，以及你们想要做的事情。

如果你们的目标是过上一种充满和平、欢乐和爱的生活，那么暴力是无益的。这已经得到证实。

如果你们的目标是过上一种健康长寿的生活，那么食用死肉、吸入致癌物质、饮用麻痹神经和让大脑发热的液体是无益的。这已经得到证实。

如果你们的目标是让后代在没有暴力的环境中成长，那么让他们经年累月地看着描绘暴力的电视节目是无益的。这已经得到证实。

如果你们的目标是关爱地球，明智地使用它的资源，那么肆意挥霍这些资源、假装它们用之不竭是无益的。这已经得到证实。

如果你们的目标是发现和培养你们和仁慈的神之间的关系，以便宗教能够在人类的各种事务上发挥作用，那么宣扬神睚眦必报、喜欢惩罚是无益的。这也已经得到证实。

动机就是一切。目标决定结果。生活源自你们的意图。你们的真实意图反映在你们的行动中，而你们的行动则由你们的真实意图决定。就像生活中的一切（以及生活本身），这是一个轮回。

高灵明白这个轮回。人类则不。

高灵对既成事实做出反应，人类则忽略它。

高灵永远说出真相。人类则经常说谎，经常欺骗别人，也欺骗自己。

高灵言出必行。人类言行不一。

你们内心深处知道有些地方不对劲——你们想要“去往西雅图”，

结果却“到了圣何塞”。你们看见你们的行为有自相矛盾之处，真的准备放弃这种矛盾。你们清楚地知道既成事实是什么，有益之事又是什么，你们越来越不愿意任由这两者背道而驰。

你们人类正在醒悟。你们功德圆满的时间已经来临。

无须为你们在这里听到的话而感到沮丧，因为这只是为了让你们拥有新的经验、认识更大的实在而奠定的基础。你们正要跨入新的境界。

这套对话录的初衷是推开那扇通往新境界的门。首先，它指出那扇门的所在。看到吗？门就在那里！因为真相的光明将会永远照亮道路。而这套对话录送给你们的，正是真相的光明。

接受这个真相，并在生活中体现它。把握这个真相，并分享它。拥抱这个真相，并永永远远珍惜它。

因为在这三本书——《与神对话》三部曲——中，我再次向你指出了既成的事实。

没有必要再继续啦。没有必要提出更多的问题，聆听更多的回答，满足更多的好奇心，列出更多的榜样，提供更多的点评。你们创造理想生活所需的一切，都可以在这三部曲中找到。没有必要再继续下去啦。

是的，你还有更多的问题。是的，你还有更多的疑问。是的，你尚未“完成”这次让我们乐在其中的探索。因为你永远不会完成任何探索。

所以很明显的是，这本书可以无穷无尽地写下去。但是它不会这样。你和神的对话可以没有尽头，但这本书有结束的时候。因为无论你还会提出什么问题，答案都可以在这里，在这三部曲中找到。现在我们只能反反复复地重申、重提、重返相同的道理。其实这三部曲也是这样的。这里所讲的不是什么新道理，而只是复习了先人的智慧。

复习是好的。学而时习之，不亦乐乎？这就是我常常提起的回忆过程。你们没有什么需要学习的。你们只需要忆起……

所以要常常重温这三部曲，反反复复地重读它。

当你觉得有个问题这里尚未回答，请重读这套书。你将会发现你的问题已经得到回答。然而假如你真的觉得它尚未得到回答，那么去寻找你自己的答案吧。去开展你自己的对话。去创造你自己的真相。

这样你将会经验到你的真实身份。

# Chapter 21

我舍不得你走！

我哪里都不去。我永远与你同在。以各种各样的方式。

拜托，结束这次对话之前，再回答我几个问题吧。最后几个啦。

你随时可以进入你的内在世界，回归那个永恒的智慧所在之地，给你的问题找到答案，这你知道的，对吧？

是的，我知道这个道理。我衷心地感激这个事实，感激你以这种方式创造了生命，让我永远拥有智慧的源泉。但我已经习惯向你提问。这套对话录是一件美妙的礼物。我能再问最后几个问题吗？

当然。

我们的世界真的危在旦夕吗？我们人类真的会自取灭亡、彻底消失吗？

是的。除非你们正面地考虑这种可能性，你们才能避免它。因为厌即是恋。而色即是空。

也别忘了我跟你说过那些关于时间和事件的话。你能够想象得到——实际上，你曾经想象——的所有事件，此时此刻正在发生，就在永恒的此刻发生。这是神圣的时刻。这个时刻先于你的意识。在光明照耀你之前，它就已经存在。这个时刻是你创造出来，并在你尚未认识到它之前就送给你自己的！在英文中，此刻和礼物是同一个单词。此刻确实是礼物。它是神送给你的最佳礼物。

你有能力从所有你曾经想象的经验中选择你现在想拥有的经验。

你以前说过这些话，我现在开始有点明白啦，虽然我的理解力很有限。世间一切其实都不是“真的”，对吗？

对的。你们生活在幻象之中。这是一场伟大的魔术表演。你们正在假装你们不懂这些把戏——尽管你们本身就是魔术师。

你最好记住这个道理，否则你将会把所有事情当真。

但我的视觉、感觉、嗅觉、触觉确实都很真实啊。假如这还不算“实在”，那什么才算呢？

要记住的是，你看到的只是事物的表象，你其实没有看到“本质”。

你的大脑并非智慧的来源。它只是一个资料处理器。它通过接收器（也就是你的感官）来搜集资料。它会根据先前的资料来解释接收到的能量。它告诉你的是它感知到的情况，而非实际情况。根据这些感知，你自以为你知道事物的真相，但其实你是不知道的。实际上，你是在创造你所认识的真相。

包括这整套对话录吗？

基本上是的。

我估计你这句话会让某些人更加理直气壮地说：“他并非正在与神对话，这全是他编造出来的。”

轻声地请他们发挥他们的想象力吧。他们的思维是“非此即彼”。不妨让他们考虑是否有可能“两者皆是”。

假如你的思维囿于当前的价值观、概念和解释，你就无法理解神。假如你想要理解神，你必须愿意承认你当前拥有的资料是有限的，而不是宣称你已经知道了所有应该知道的东西。

我提醒你注意华纳·爱哈德说过的一句话。他说，只有头脑真正清楚的人才愿意承认：

有些东西我尚未认识，对它们的认识可能会改变一切。

这种情况完全有可能出现：你既在与神对话，同时这套对话录也是你“编造”的。

实际上，这是最伟大的真相：所有事情都是你编造出来的。

生活正是一切事物被编造出来的过程。神是你们称之为生活的能量—— 纯粹的、原生的能量。这种觉悟让我们明白一个新的真相。

神是一个过程。

可是你说过神是总体，神是一切。

是的。神确实是。神也是总体被创造出来、并经验其自身的过程。

前面我向你讲述过这个道理。

是的，是的。你告诉我这个道理的时候，我正在写一本小书，书名是《重新创造你自己》。

确实如此。现在我再把它说出来，以让更多的读者可以看到。

神是一个过程。

神不是某个人、某个地方或者某样东西。神是你们向来想到然而并不了解的东西。

那是什么啊？

你们向来认为神是至高无上的存在。

是的。

你们这种想法是正确的。我正是如此。我是存在。要注意的是，存在并非事物，它是过程。

我是至高无上的存在。我并非过程的结果，我就是过程本身。我

是造物主，我也是我创造的过程。

你们在天地间看到的一切皆是我，正在被创造的我。创造的过程是永不结束的。它永远不会终结。我永远没有“完成”的时候。也就是说，一切都是变化的。没有什么是静止的。没有什么是不在运动的。一切都是运动中的能量。这种能量运动就是你们地球人所说的“情感”。

你们是神最高级的情感！

当你们注视某样东西的时候，你们看到的不是一样在时空中静止不变的东西。不是的！你们看到的是一个事件。因为一切都在不断运动、变化、进化之中。所有事物皆是如此。

巴克敏斯特·富勒说过：“我好像是一个动词。”他是对的。

神是一个事件。你们将这个事件称为生活。生活是一个过程。这个过程是可以观察、认识和预测的。你们观察得越多，你们对它的认识就越多，也就越能够对它进行预测。

这种说法我觉得很难接受。我向来以为神是不变的。是恒定的。是不动的动者。我总是认为真正的神应该这样才对。

但我刚才说的确实是真相！唯一不变的真相是，神永远是变化着的。这是真相——你无论如何都不能改变它。唯一不变的事情是，所有事情都是永远变化着的。

生活就是变化。神就是生活。

因此，神就是变化。

但我宁愿相信神对我们的爱是永远不变的。

我对你们的爱是不停地改变的，因为你们总是不停地改变，而我只爱你们现在的样子。由于我只爱你们现在的样子，所以我对“可爱”的定义必须发生变化，因为你们对你们的身份的定义是会变化

的。

哪怕我决定我身份是一个杀人凶手，你也会爱我，是吗？

这个问题我们以前讨论过啦。

我知道，但我完全无法接受！

如果以人们的世界观为标准，每个人做的事都是合情合理的。我永远爱你们——无论你们是什么样子。不会有哪个样子能够促使我不爱你们。

但你会惩罚我们，对吧？你会怀着爱惩罚我们。你会让我们受到无尽的折磨，同时你心里又是爱我们的，在这么做的时候你感到很悲伤。

不对。我永远不会悲伤，因为没有什么事情是我必须做的。谁能逼我去做什么事情呢？

我不会惩罚你们，不过你们可能会选择在今生或者他世惩罚你们自己，直到你们不再这么做。我不会惩罚你们，因为我不曾受到伤害——你们也不可能伤害我的任何部分，也就是你们所有人。

你们也许有人会选择拥有受伤的感受，然而当你们回到永恒的领域，你们将会发现，原来你们根本没有受到损害。到时你们将会原谅那些你们以为伤害了你们的人，因为你们将会明白更大的计划。

更大的计划是什么呢？

记得我在第一卷跟你说过那个“小灵魂与太阳”的寓言吗？

记得啊。

那个寓言还没结束。下半部分是这样的：

“你可以随意选择成为神的任何部分，”我对那小灵魂说，“你是正

在经验其自身的绝对神圣。你希望经验到你自己是哪种神圣因素呢？”

“你是说我可以选择吗？”小灵魂问。我回答说：“是的。你可以选择通过感受或者行动经验任何神圣因素。”

“好啊，”小灵魂说，“那么我选择宽恕。我想要经验到我自己就是那个叫做彻底的宽恕的神圣因素。”

嗯，这倒有点棘手，正如你能想象到的。

没有人需要被宽恕。我创造的一切都是完美和爱。

“没有人需要被宽恕啊？”小灵魂问，它有些难以置信。

“是啊，”我回答说，“看看你身边。你觉得哪个灵魂不如你完美、不如你神奇呢？”

听到这句话，小灵魂四下环顾，吃惊地发现它身边围绕着天堂所有的灵魂。它们从遥远的地方赶过来，因为他们听说小灵魂正在与神进行一次非凡的对话。

“我没发现不如我完美的灵魂啊！”小灵魂惊奇地说，“那么我该原谅谁呢？”

就在这时，有个旁观的灵魂站了出来。“你可以原谅我呀，”这个友好的灵魂说。

“原谅你什么呢？”小灵魂问。

“在你下世为人时，我会来找你，做一些需要你原谅的事情，”友好的灵魂回答说。

“但那是什么事呢？你是如此完美的生灵，能做出什么需要我原谅的事情呢？”小灵魂大惑不解。

“哎呀，”友好的灵魂微笑着说，“我相信我们会有办法的啦。”

“但你为什么要这样做呢？”小灵魂实在想不通，一个如此完美的生灵，为什么愿意降低它的振动频率，以便它能够真的做出某些“坏”事呢？

“很简单，”友好的灵魂解释说，“我愿意这么做，因为我爱你。你想要经验到你自己是宽恕，对吧？再说你也帮了我的忙呀。”

“真的啊？”小灵魂问。

“当然啦。你不记得啦？我们是一体呀，你和我。我们是上和下，左和右。我们是这和那，此和彼。我们是大和小、雄和雌、好和坏。我们大家都是一体。

“我们共同决定这么做，这样我们每个人就都能经验到我们自己是神最伟大的组成部分。因为我们明白……”

“假如没有非你，也就没有你。”

“如果没有‘冷’，你不可能感到‘暖’。如果没有‘悲伤’，你不可能感受到‘快乐’；如果没有‘恶’，你称之为‘善’的经验便不可能存在。

“如果你选择成为某样东西，那么在你的宇宙里，必须有相反的某些东西或者某些人存在，你的选择才能够实现。”

友好的灵魂接着又解释说，这些人都是神特派的天使，这些境遇都是神的礼物。

“我只要求你一件事，”友好的灵魂大声宣布。

“什么事都行！什么事都行，”小灵魂激动地说。它现在知道它能够经验神的每一个神圣要素，所以很兴奋。现在他明白了那计划。

“在我打击你的时候，”友好的灵魂说，“在我对你做出糟糕得超乎你想象的事情的时候——在那个时候……请记得我的真实身份。”

“哦，我不会忘记的！”小灵魂承诺说，“到时我会看到你是完美无缺的，就像现在这样，我会永远记得你的身份。”

这真是……真是一个非凡的故事，一个美妙的寓言。

小灵魂的承诺就是我对你许下的承诺。这个承诺是不会改变的。可是你，我的小灵魂，你遵守你对其他人许下的承诺了吗？

没有。我很难过地说，我没有。

别难过。要为发现真相而高兴，为你决定依照新的真相去生活而欢呼。

因为神是一项尚未结束的工作，而你也是。请永远记住下面这句话：

如果你看你就像神看你那样，你将会常常微笑。

从现在开始就看见每个人的真实身份吧。

用心去观察、观察、观察。

我早就告诉过你：你们和高灵的主要区别在于，高灵更用心地去观察。

如果你们想要加快你们进化的速度，那么努力更用心地去观察。

你这些话说得真好。

我希望你现在就能够观察到，你也是一个事件。你是一个正在形成的人。你是一个过程。在任何“时刻”，你都是你的过程的产品。

你是造物主和造物。这些话我已经在前几次我们共处的时候反复地对你说过。我重复它们，是为了让你听到它们，理解它们。

喏，你和我所是的这个过程是永恒的。它无论过去、现在还是未来，一直在进行当中。它的发生不需要你的“帮助”。它是“自动”发生

的。只要你不去干扰它，它就会是完美的。

华纳·爱哈德还曾说过另外一句至理名言：生活在生活的过程中实现其自身。

有些灵性运动将这句话解读为“顺从天道，由神安排”。这是很好的解释。

假如你们愿意顺从天道，你们就能够让你们自己不逆“道”而行。“道”就是过程——就是所谓的生活本身。因而所有的大师都曾说：“我就是生活和道路。”他们完全理解我在这里说的话。他们就是生活，他们就是天道，是发展中的事件，是过程。

所有贤哲都要求你们相信过程。也就是相信神。或者你们愿意的话，相信你们自己，因为你们就是神。

请记住，我们所有人是一体。

当“过程”—— 生活——总是带来我不喜欢的东西时，我如何能够“相信过程”呢？

去喜欢生活带来的东西！

要认识和理解这些东西是你自己带来的。

看到这其中的完美。

要在所有事物——而不仅仅是那些你称之为完美的事物——中看到完美。我已经在这三部曲中详细地向你解释事物为何以及如何以它们发生时的方式发生。你现在不需要去重读这几本书——不过你要是能经常温习，直到彻底理解它们为止，那对你是很有好处的。

请简单地指点我一下吧，我只求你这一次。拜托。我如何能够从某样在我的经验中根本不完美的事物中看出完美呢？

没有人能够创造你对事物的经验。

其他人能够也确实共同创造你们的公共生活中的外在环境和事件，但有件事情是其他任何人都做不到的，那就是促使你拥有某种你自己并没有选择去拥有的经验。

从这个意义上来说，你是至高无上的生灵。没有人——没有任何人——能够告诉你“怎样去生活”。

世界能够将各种境况呈现给你，但只有你能够决定这些境况到底意味着什么。

别忘了我很早之前就告诉过你的真相。

物皆无谓。

是的。当初我还不完全明白。那是在1980年，当时我有过一次灵魂出窍的经验。现在想起来恍在眼前。

你记得当时的情况是什么样的呢？

刚开始的时候我很困惑。怎么可能“物皆无谓”呢？假如所有事物都不重要，那么这个世界会怎么样，我会怎么样呢？

这个问题非常好，你得到什么答案呢？

我“得到”的答案是，事物本身是不重要的，但我给各种事件添加了意义，这让它们变得有所谓。我还得到一个非常哲理化的答案，它让我明白了创造的过程本身。

你明白了什么呢？

我明白了一切都是能量，能量则按照我的想法转化为“物”——也就是客观的“物质”和“事情”。我还明白了“物皆无谓”的意思是，事物之所以存在，是因为我们选择了让它存在。然后我忘了这个洞见，忘了整整十年，直到在这次对话早些时候你再次把它带给我。

我在这套对话录中带给你的道理都是你以前就认识的。我以前就

给过你，所有道理都给过你，我让别人带给你，或者让别人教给你。这里没有新的知识，你没有什么需要学习的。你只需要记起就可以。

你对“物皆无谓”这句至理名言的理解既丰富又深刻，对你有很大的帮助。

很抱歉。在这次对话结束之前，我必须指出一个明显的矛盾。

哪个矛盾？

你总是反复地说，我们所谓的“恶”之所以存在，是为了让我们可以经验到“善”。你说假如没有非我，就不可能经验到我。换句话说，没有“寒冷”就没有“温暖”，没有“下”就没有“上”，诸如此类的。

是这样的。

你甚至用这种说法来向我解释如何能够把每个“问题”当作祝福，把每个混蛋视为天使。

这也对。

那为什么在你的描绘中，高度进化的生灵的生活中根本就没有“恶”？你描绘的完全是天堂啊！

很好啊。非常好。看来你真的用心思考了。

其实这个问题是南茜提出来的。我念一些段落给她听，她听完之后说：“我觉得你有必要在对话结束之前谈谈这个问题。既然高灵已经将所有负面的东西从他们的生活中消灭，他们如何能够经验到他们的真实身份呢？”我觉得这是一个很好的问题。实际上，它向我泼了一盆冷水。我知道你刚才说过我们不需要更多的问题了，但我认为你有必要回答我这个疑问。

好啊。那我就来回答南茜这个问题吧。其实这是本书最好的问题啦。

（咳咳）

哎呦，这……我很惊讶你没有在我们谈论高灵的时候提出这个问题。你居然没想到它，这让我很吃惊。

我有想到啦。

真的啊？

我们所有人是一体，对吧？喏，想到这个问题的南茜是我的一部分！

哈哈，太棒啦。这种说法当然是对的。

那么你的答案呢？

我要回到我最初的说法。

假如没有非你，你便无法存在。

也就是说，没有寒冷，你无法认识那种叫做“温暖”的经验。没有上，“下”这个概念是空洞的、毫无意义的。

对于宇宙来说也是如此。这其实解释了宇宙为何是现在这副样子，为何会有寒冷和温暖、上和下，以及“善”和“恶”。

然而要知道的是：这些都是你们编造出来的。你们决定什么是“寒冷”和什么是“温暖”，什么是“上”和什么是“下”。（只要进入太空，你们关于“上”和“下”的定义就会消失！）你们决定什么是“善”和什么是“恶”。你们关于所有这些事物的观念会随着时代而变化——实际上，甚至会随着季节而变化。夏天你们说摄氏五度是“寒冷”的。可是到了寒冬腊月，你们会说：“老兄，今天真暖和呀！”

宇宙只是为你们提供了一个经验的场域——或者可以称之为一系列客观现象。至于给这些现象贴上什么标签，完全由你们来决定。

宇宙是一整个由这些客观现象构成的系统。宇宙是很大的。非常巨大。大得难以测量。它实际上是无边无际的。

这里有个伟大的秘密：相反的条件未必要处在你身边，才能提供一个背景，让你可以经验到你选择的实在。

对立物之间的距离是无关紧要的。整个宇宙就是一个大布景，所有相反的元素都在其中存在，因而所有的经验都是有可能的。这就是宇宙的目标。这就是它的功能。

但如果我从来不曾亲身经验到“寒冷”，而只是明白某个地方，某个离我特别遥远的地方是“寒冷”的，我如何能够知道“寒冷”是什么呢？

你早就经验过“寒冷”。你经验过所有东西。如果不是在这辈子经验到的，就是在上辈子。或者在你许多前世来生中的某一辈子。你经验过“寒冷”，经验过“大”、“小”、“上”、“下”、“此”、“彼”，以及宇宙间每个相互对立的元素。这些全都印刻在你的记忆里。

假如你不想的话，你不必再经验一次。你只需要记起它们，认识到它们是存在的，便能够利用宇宙的相对法则。

你们所有人皆是如此。你们所有人都经验过一切，你们就是一切。你们就是宇宙间的一切。

你们是你们正在经验的东西。实际上，这种经验是你们引起的。

我好像不能彻底理解。

我会用简单的语言向你解释的。现在我想让你明白的是，你现在所做的事情，无非就是忆起你所说的一切，并从中选择你愿意在此刻、在今生、在这个星球上、在这个躯壳中经验一部分。

我的神，你说得真是清楚啊！

事实本来就是这么清楚。你曾经让你的自我脱离神的身体，脱离

总体，脱离集体，如今你正在重新变成那个身体的一部分。这个过程叫做“忆起”。

当你忆起之后，当你重新变成总体的一部分之后，你的自我就能够再次经验到你的身份的全部。这是一个轮回。你们反反复复地做这样事情，并将其称为“进化”，你们说你们是在“进化”。但其实你们是在转圈。正如地球绕着太阳旋转。正如星系绕着其中心旋转。

一切都在圆转。

圆转是所有生命的基本运动。生命能量不断地圆转革新。这是它的运动。你们正处在一个真正的圆转革新运动之中。

你是怎么做到的呀？你怎么总是能够把一切解释得清清楚楚呢？

把一切解释清楚的是你。你拭净了你的接收器，于是一切变得清楚。你排除了干扰。你进入了一种新的求知愿望。这种新愿望将会为你和为整个人类改变一切。因为有了这种新愿望之后，你便成了真正的革新者——而你们星球上最伟大的灵性革命才刚刚开始。

革命的步伐最好迈得快一点。我们需要新的灵性理论，现在就需要。我们当前的处境真是乱七八糟的。

这是因为，尽管所有生灵都已经在生活中拥有过一切相互对立的经验，但有些人并不知道这一点。他们已经忘记，现在尚未完全忆起。

而高度进化的生灵则不是这样的。在他们的世界里，他们不需要面前摆着“负面”的东西，才能够认识到他们的文明有多么“正面”。他们主动地认识到他们的正面身份，无须创造任何负面的东西来加以证实。高灵只要观察宇宙其他地方的情况，就能够知道他们的身份是哪些，不是哪些。

实际上，你们自己的星球正是高灵所用的反面教材之一。

地球上的景象让他们想起来他们早就经验过你们正在经验的东西，他们因此获得一个尚在变化中的参考体系，借由这个体系，他们能够认识和理解他们现在拥有的经验。

现在你能明白高灵社会为什么不需要“恶”或者“负面”的东西了吧？

明白啦。但我们的社会为什么需要这些东西呢？

你们其实不需要的啊。在这套对话录中，我通篇都在告诉你这个道理。

你们确实必须生活在一个有与你们的本质相悖东西存在的场域，这样你们才能够经验到你们的本质。这是宇宙的法则，你们无法避开它。然而你们现在就生活在这样的场域里。你们不需要去创造一个。你们生活在其中的这个场域叫做宇宙。

你们根本不需要亲自去创造一个更小的场域。

这意味着你们现在就可以改变地球上的生活，消灭所有和你们的本质相悖的东西，这完全无损你们认识和经验你们的本质的能力。

哇！这是本书最伟大的启示！以这种方式来结束这本书真是太棒啦！看来我无须召唤负面的东西，也能够以最完美的方式创造和实现我对自己最美妙的期许啦！

确实如此。这是我从一开始就告诉你的道理。

但你没有解释得这么清楚啊。

当时解释了你也不懂的啦。

为了经验到你的身份和你的理想身份，你无须创造出与之相反的东西。你只需要观察到它已经被创造出来，在别的地方被创造出来，就可以了。你只需要记起它已经存在就可以啦。这就是“善恶树上的知识果”，我以前向你解释过的，它不是诅咒，不是最初的罪行，而

是马修·福克斯所说的“最初的幸事”。

要记起它已经存在，要记起你曾在肉身之中经验过它——以及宇宙间的一切……你只需向上看就好啦。

你的意思是“向内心看”吧？

不，就是我说的那个意思。向上看！仰望星星。仰望天空。观察整个场域。

我已经告诉过你，若想变成高度进化的生灵，你们只需要提高你们的观察能力。看清“实际情况”，然后去做“有益之事”。

我只要凝望宇宙深处，就能看到其他地方的情况是怎么样的，也能利用这些相反的元素来理解我在此时此地的身份。

是的。这就是所谓的“忆起”。

不是很准确呀。应该称之为“观察”。

你认为你在观察的是什么呢？

其他星球的生活。其他星系的生活。我认为只要技术足够先进，我们就能观察到这些东西。我觉得高灵现在就有能力这么做，因为他们的技术很发达。你自己也说过他们正在观察着我们，观察着地球上的情况。所以我们也能观察其他星球。

但你认为你观察到的其实是什么呢？

我不懂你这个问题。

那我来给你答案吧。

你们正在观察的是你们的过去。

什么？？？

当抬头看的时候，你能看到许多星星——它们在几百、几千、几百万光年之外。你看到的不是那里正在发生的事情。你看到的是从前发生的事情。你看到的是过去。而那是你曾经参与的过去。

什么啊？？？

你曾经在那里，经验着那些事情，做着那些事情。

真的？

难道我没说过你有过许多前生吗？

说过，但是……但是如果我跨越这么多光年的距离，到那些地方去，那会怎样呢？假如我真的有能力去那么远的地方，那会怎样呢？假如我“此刻”就能去到几百光年之外的地方，那会怎样呢？我会看到什么呢？两个“我”吗？你是说我能看见我自己同时存在于两个地方吗？

当然啦！到时你将会发现我早就跟你说过的道理——时间是不存在的，你看到的根本不是“过去”！一切都在此刻发生。

“此刻”你也正生活在相对于地球时间而言的未来之中。正是因为你的各个“自我”之间有很长的距离，“你”才能够经验这些独立的身份和“时间片段”。

因而，你忆起的“过去”和你看到的“将来”都是“现在”。

哇，这种说法太令人难以置信啦。

是的，还有一种说法也同样令人难以置信。那种说法我以前也跟你说过的：我们唯有一个。所以当你仰望星空时，你看到的景象可以称为我们的过去。

我简直跟不上你的思路啦！

加油啊。我还想再告诉你一件事。

按照你们对时间的定义，你看到的永远是“过去”，哪怕你看着的东西就在你面前。

真的啊？

你不可能看到现在。现在发生之后，就会变为由散发的能量形成的光束，接着这些光束抵达你的接收器，也就是你的眼睛，这个过程是需要时间的。

当光束接触你的时候，生活已然继续前进。就在上一个事件的光接触你的时候，下一个事件正在发生。

能量束到达你的眼睛，你的接收器将这个信号传送给大脑，大脑则解释接收到的资料，跟你说你看到的是什么。然而那根本不是此刻你面前的实际情况。那是你以为你看到的景象。也就是说，你正在思考你已经看到的景象，告诉你自己那是什么，确定你要怎么称呼它，而“现在”发生的事情比你这个处理过程要早，正在等待你的处理。

简单来说，我总是比你先行一步。

天哪，这太不可思议啦。

喏，听好啦。你的自我和事件发生的地方相隔越远，事件发生的“过去”就越久。如果把你自己放到数光年之外，你现在正在看着的事情就是很久很久之前发生的。

然而它并不是在“很久之前”发生的。这只是因为物理距离创造了“时间”这种幻象，所以当你处于“彼时彼地”的同时，你能经验到你的自我正处于“此时此地”！

终有一天你将会明白，所谓的时间和空间其实是相同的东西。

到时你就能够看到一切都在此时此地发生。

这……这真是……太疯狂啦。你说的这些话真让我不知道如何置评。

假如你明白我说的这些话，你将会明白你看到的一切都不是真实的。你看到的是某个已经发生的事件的影像，然而即使是这影像，这能量束，也要经过你的解释。你对这影像的个人解释就是你的想象。

你可以用你的想象力来创造任何事物。因为——这是最伟大的秘密——你的想象发挥的作用是双向的。

请你解释。

你不仅解释能量，你还创造它。想象是你的精神的功能，而精神则是你的三相存在中的一相。假如你在你的精神中想象某样事物，它就会拥有一定的形状。你想象它的时间越长（或者想象它的人越多），它的形状就会越固定；等到你灌注给它的能量足够多，这些能量就会变成光，在你所谓的实在中呈现出这样事物本身的影像。

然后你会“看见”那影像，再次确定它是什么。就这样循环不息。这就是我所说的大过程。

这就是你的本质。你就是这个过程。

这就是神的本质。神就是这个过程。

这就是我曾经说过那句话——你既是造物主，又是造物——的意思。

现在我把这个奥秘统统告诉你。我们这次对话就要结束啦，所以我向你解释了宇宙的机制，以及生活的秘密。

这真是……真是让我吃惊啊。这真叫我瞠目结舌。我现在就想把这个道理应用到我的日常生活中去。

你正在日常生活中应用它。你别无选择，只能去应用它。事实就是如此。唯一的问题是，你是有意识地应用它，还是无意识地应用它；你是大过程的后果，还是大过程的起因。你要成为所有事情的起因。

儿童完全明白这个道理。如果你问一个孩子：“你为什么要这样做呀？”孩子会告诉你：“就是因为呀。”

这是做任何事情的唯一理由。

这真是令人震惊啊。用这种方式来给这部令人震惊的对话录提供一个令人震惊的结尾，真是令人震惊。

有意识地应用你刚领会这个道理的方法有很多种，其中最重要的一种是，去成为你的经验的起因，而不是成为它的后果。要知道的是，你无须在你的个人空间或者个人经验中创造出和你的身份相反的东西，也能认识和经验到你的真实身份，以及你的理想身份。

武装了这种认识之后，你能够改变你的生活，你还可以改变你的世界。

我来这里，就是为了跟你们所有人分享这个真相。

哇！哇！我懂啦。我真的懂啦！

很好。有三个基本道理贯穿了这套对话录的始终，你要认识它们。这三个道理是：

1. 我们所有人是一体。
2. 一切皆已足够。
3. 没有我们必须做的事情。

如果你们认可“我们所有人是一体”，你们将不会再用现在的方式彼此对待。

如果你们认可“一切皆已足够”，你们将会和所有人分享所有东西。

如果你们认可“没有我们必须做的事情”，你们将不会再利用“行在”来解决你们的问题，而是会进入一种存在状态，在那种状态中，你们对这些“问题”的经验将会消失，那些境况本身也会因此而不复存

在。

就你们目前这个进化阶段而言，这可能是你们所能理解的最重要的真相，我们正好用它来结束这次对话。要永远记得这个真相，把它变成你们的真言：

没有我必须拥有的东西，没有我必须做的事，除了我现在所处的这种状态，没有我必须追求的存在状态。

这并不意味着你在生活中再也不去“拥有”任何东西，再也不去“做”任何事情。这只意味着，你对你自己拥有某样东西或者做某件事情的经验，将会源自而非导向你的存在状态。

当你从“快乐”的状态出发，你会做某些事情，是因为你很快乐——你原来的情况则与此正好相反，你做事情，是因为你希望这些事情会让你快乐。

当你从“智慧”的状态出发，你会做某些事情，是因为你很明智，而不是因为你试图变得明智。

当你从“爱”的状态出发，你会做某些事情，是因为你就是爱，而不是因为你想要得到爱。

假如你从存在的状态出发，而不是去追求某种状态，一切都会改变，一切都会有转机。你无法通过“做”任何事来进入某种存在“状态”。无论你想要进入的状态是快乐，是明智，是爱，还是神，你无法通过做事“到达那里”。然而，当你一旦“到达那里”之后，你将会做许多美妙的事情，这倒是真的。

这就是神圣的二元论。“到达那里”的方法就是“处在那里”。只要处在你选择到达的地方！就是这么简单。没有你必须做的事情。你想要快乐吗？成为快乐吧。你想要明智吗？成为明智吧。你想要爱吗？成为爱吧。

无论如何，这些都是你的身份。

你是我深爱的孩子。

哎呀！我简直喘不过气来啦！你说得太漂亮啦！

漂亮的其实是真相。真相的优美足以让沉睡的心灵再次苏醒。

这正是《与神对话》三部曲所做的事情。它们触碰人类的心灵，让它再次苏醒。

现在这三本书向你们提出了一个关键问题。这是一个所有人都必须扪心自问的问题。你们能够和愿意创造新的文化故事吗？你们能够和愿意设计出新的第一文化迷思，让它成为所有其他迷思的基础吗？

人类的本性是善还是恶？

你们来到了这个十字路口。人类的未来取决于你们走哪条路。

如果你和你们的社会相信人性本善，那么你们做出的决定、制定的法律，都将是肯定生活的、建设性的。如果你和你们的社会相信人性本恶，那么你们做出的决定、制定的法律，都将是否定生活的、破坏性的。

肯定生活的法律是那些让你们想成为什么人、想拥有什么东西、想做什么事都可以的法律。否定生活的法律是那些不让你们想成为什么人、想拥有什么东西、想做什么事都可以的法律。

有些人相信最初的罪行，相信人性本恶；他们宣称神创造了各种法律，让你们不能够随心所欲地去做事，并支持人类也制定相同的法律（这些法律有无穷多）。

有些人相信最初的幸事，相信人性本善；他们宣称神创造的自然法允许你们想做什么就做什么，并支持人类也制定相同的法律。

你对人类是怎么看的呢？你对你自己是怎么看的呢？假如你可以为所欲为，你认为你自己值得信赖吗？无论做什么事情都值得信赖吗？其他人呢？你对他们是怎么看的呢？在他们尚未以这样或那样的

方式让你看清他们的面目之前，你的基本假设是什么呢？

现在，请回答这些问题。你的假设会促使你们的社会崩溃，还是进步呢？

我认为我自己是值得信赖的。以前我不这么认为，但现在我确实这么想。我变得值得信赖了，因为我改变我对自己属于哪种人的看法。我现在也清楚地知道神想要什么，不想要什么。我很清楚地了解你。

这三本《与神对话》在我的转变中起到很大的作用，是它们促使我转变的。我对社会的看法跟我对自己的看法相同——不是崩溃，而是进步。我认为人类文化终于发现了它的神圣遗产，明白了它的神圣目标，而且越来越意识到其神圣的自我。

如果这是你的想法，那么这就是你将要创造的现实。你曾入迷途，但如今重返正道。你曾是瞽者，但如今目已复明。这是令人惊奇的恩赐。

你的心曾远离我，但如今我们再次相逢，我们可以永远相处下去。因为凡是你撮合的，除了你，没有人能将其拆散。

请记住这个道理：你永远是一部分，因为你不曾分开。你永远是神的一部分，因为你不曾和神分开。

这是你存在的真相。我们是全体。所以现在你知道了全体的真相。

这个真相向来是饥饿灵魂的食物。拿去，吃掉它。世界一直渴望着这种欢乐。拿去，喝掉它。用这种方式来纪念我，来重新成为我。

因为真相是神的肉，欢乐是神的血，而神就是爱。

真相。欢乐。爱。

这三者是可以相互替换的。它们之间是互通的，无论它们的次序

如何。它们全都通向我。全都是我。

我用这套对话录的开头来结束它。生命本身也是如此，它周而复始。在这里，你已经得到真相。你已经得到欢乐。你已经得到爱。在这里，你已经得到各种最大的生活谜团的答案。剩下的问题唯有一个。这个问题是我们刚开始就提出来的。

问题不在于我和谁交谈，而在于谁愿意听呢？

谢谢你。谢谢你和我们所有人说话。我们听到这些话来，我们会听进去的。我爱你。这套对话录就要结束了，我心里充满了真相、欢乐和爱。我心里充满了你。我感觉到我到达了与神合一的境界。

与神合一的地方就是天堂。

你如今在那里了。

你未曾不在那里，因为你和我未曾不是一体。

这是我想让你知道的道理。这是我希望你终于能够从这次对话中领悟的道理。

下面是我的消息，我想要留给这个世界的消息：

我的孩子们，处在天堂的孩子们，你们的名字是神圣的。你们的国度已被建成，你们的愿望已被实现，人世现在已如天堂。

今天，你们已被赐予日常的口粮，你们的债务已被免去，你们的罪过已被宽恕，同样地，你们要宽恕那些得罪你们的人。

别让你们遇见诱惑，要让你们自己远离你们创造出来的邪恶。

因为这国度，这权力，这荣耀，永远都是你们的。

阿门。

阿门。

去吧，去改变你们的世界。去吧，你成为你最高尚的自我。你需要了解的，现在你全都了解了。你需要知道的，现在你全都知道了。你需要体会的，现在你全都体会了。

你向来是最好的。你只是不知道这一点。你只是忘记了这一点。

现在你记得了。要永远保持这份记忆。要将它和所有你认识的人分享。因为你的命运之美好，远远超乎你的想象。

你来到世间，就是为了疗愈人们的痛楚。你落入红尘，就是为了将世人救出红尘。

你来到这里，没有别的理由。

要明白的是：我爱你。我的爱永远是你的，无论是现在，还是遥远的将来。

我永远与你同在。

以各种各样的方式。

再见，神。谢谢你，因为这套对话录。谢谢，谢谢，谢谢你！

谢谢你，我的美妙造物。谢谢你。因为你让神再次有发言的机会，并在你心里给神留了一块地方。这是我们双方真正想要的。

我们又团聚了。这非常好。

[ 全文终 ]

# 后记

你刚刚读完的这套书，我相信是当今时代最重要的灵性著作。说它重要，是因为当我写下这些文字时（2005年4月），它已经给我们的星球造成了极大的影响，而且我敢肯定，在接下来几年、几十年里，它的影响还会逐渐增大。实际上，我认为哪怕在我离开人世之后多年，这套书依然会活着。它已经影响了超过七百万人的生活。这个数字将会变成七千万，七亿，乃至更多。

这是信口开河或者傲慢不逊吗？我希望你不这么看。对我来说，这只是陈述了我心目中的真实情况：这套书不是光给我一个人看的，也不是给少数人看的，而是给全世界看的。

能够在披露这份信息的过程中扮演一个小小的角色（真的是很小的角色），我已经感激不及。我只是提出问题，一些我们大家都会有的问题，然后把答案记录下来。我不敢肯定我的记录是干净的、纯洁的、毫无扭曲的，所以我并不奢望我能得到感谢或者认可；实际上我要请求大家原谅我以如此不完美的方式完成了一项如此重要的任务。

我可以肯定的是，虽然我已经尽力了，但我自己的感情或想法偶尔还是会干扰这次交流，影响书中所讲的道理，损害书中观点的清晰性，甚至可能会在某些并非很重要的细微地方篡改书中分享的信息。坦白讲，这样的情况其实很少。然而无法杜绝这种事情的发生让我感到很难过。我谦卑地请求你的原谅。考虑到这套对话录出现的方式非常特殊，我自问我已经尽量做到最好，没有人能够比我更加用心。

现在我希望你能思考这套书蕴藏的最大真相：最大的真相根本不应该在这里找到，而只能在你自己的心中，在你自己的灵魂中，在你自己的精神中找到。思考、感受和认识你内心的真相。因为你现在是最高的本源，唯一的权威，最接近神、与神最亲密的人，将来也永远如此。所以别看着你外面的世界，而是走进你的内心，永远走进你的内心，到那里去寻找你和神的结合，去感受你渴望的爱，去认识超越

所有理论的祥和。

神在你心中，永远与你同在，无论你从前做过什么，无论你如今正在做什么，无论你将来做什么，神永远不会离开你。无论如何，你无法把神推开，你无法把神赶走，你无法要求神离开你。神永远不会生你的气，不会对你感到失望，不会审判你，不会鄙视你，总之神永远不会抛弃你。神不会用永远的隔离、更不会用酷刑来惩罚你。你永远在神的怀抱里。这就是神对你的爱。

如果说这套书有什么经得起时间考验的观点，那就是这个。如果说这套书有什么珍贵之处，那就是它终于改变了世人对神的看法。

曾经有许多记者、电视和电台主持人、出席我的讲座的听众当面问我，也有许多人通过信件、电话和电子邮件问我："如果神只给世人捎一句话，他会说什么呢？"我的答案永远是同一个。这句话很简单，只有八个字：你们彻底误解我啦。

现在，在你自行去思考这套书的内容之前，请容许我再说几句话。

首先，许多人曾经对我说过："我要是早点读到这样的书就好啦！我希望，只是希望，你能为年轻人，为孩子们，写一本这样的书。"

我已经写了。年轻的读者可以去看《与神对话·青少年版》；我还给年纪非常小的读者专门写了两本书：《小灵魂与太阳》，以及它的续集《小灵魂与地球》。

有些人说："我希望你能够让那些买不起这几本书的人也能了解到这些内容。最好是制作成电子书，放到网上让人可以免费下载。"

我已经这么做了。那本免费的电子书叫做《神圣的经验》，它是根据这套书的内容改编而成的，可以到www.nealedonaldwalsch.com下载。

与神对话基金会是一个非营利的组织，它和它的姐妹基金会人性团队做了许多工作，在上述网站上可以看到相关的新闻。

与神对话基金会致力于印制各种教育资料，提供许多课程和静修营，让那些有兴趣的人可以更深入地探讨这套书的内容，学习如何将这些信息应用到他们的日常生活中。基金会也为那些想要传授这套书的内容的人提供专门的培训。生活教育课程已经为世界各地的城市、小镇和乡村输送了许多教师。

人性团队是一个全球性的运动，当我写下这些文字的时候，它的成员已经超过一万名。它是真正的草根运动，有人称赞它是“灵魂的民权运动，人类向来认为神是喜欢暴力、会生气、爱报复的，它将人性从这种信仰的压迫之中解放出来”。它的使命是创造足以让新的灵性理论在地球上出现的空间，让人类能够在表达他们对神圣经验的冲动的同时，不因为其他人的表达方式而去指责他们。

同样地，你们可以到www.nealedonaldwalsch.com上面去了解相关信息。

现在，我有个最后的邀请。我常常听到有些人在看完《与神对话》系列图书之后说：“我能做点什么呢？我希望每个人都能接触到这份让生活充满力量、让灵魂焕然一新的材料！我希望参与到改变我们的世界的行动中去。我能做点什么呢？”

你能做的事情有很多。你可能成为我们星球上的一位灵性救助者。你可以参与到改变世界的运动中去。我邀请你访问上述的网站，打开这本小册子：《参与改变：如何扮演灵性救助者的角色》。这本手册很短，但很重要，它列出了十个步骤，现在你可以按照那些步骤去改变你的日常经验，并成为一名领路人，为你认识的人指引灵性的道路。假如你想要的话，我会用电子邮件发一份免费的电子版给你。

好啦，谢谢你阅读这本《与神对话》三部曲特别版。如果你认为你认识的人中，有人能够从这本书中获益，请将这本书送给他。你随时可以得到另外一本，你可能会给你关心的人的生活带去难以估量的

益处。

永远祝福你。愿神在你的生活中出现。

尼尔·唐纳德·沃尔什

# 致谢

和以前相同，我首先要感谢的是我最好的朋友，神。我希望有朝一日，每个人都能和神成为朋友。

其次，我要感谢我那神奇的生活伴侣，南茜，我把这本书献给她。说到南茜，和她的功劳相比，我的感激之词显得那么苍白无力。我完全没有能力表达她其实是多么的美好。这是我铭记在心的。如果没有她，我不可能写出这部作品。

然后我要感谢的是汉普顿道路出版公司的出版人罗伯特·S·弗里德曼，感谢他有勇气在1995年第一次将这份材料披露在公众面前，并且出版了全套的《与神对话》三部曲。他接受了一份已经被其他四位出版商拒绝过的手稿，他的决定改变了数百万人的生活。

在《与神对话》三部曲最后一卷行将出版之际，我必须感谢乔纳森·弗里德曼，他为这套书的出版做出了非凡的贡献。这套书能够在这个时间摆上书架，能够以这样的方式出版，很大程度上是因为他极具远见，意志坚决，对灵性理论有深刻的了解，而且拥有无穷无尽的热情和非常杰出的创意。正是乔纳森·弗里德曼承认了这份消息的重要性，预测它将会有数以百万计的读者，并预见到它将会成为经典的灵性著作。正是他敲定了《与神对话》三部曲的出版时间和设计方案。这套书最早的发行之所以非常有效，很大程度上也归功于他坚持不懈的努力。所有热爱《与神对话》的读者永远欠他一份人情，我也是这样。

我还想感谢马修·弗里德曼，他从一开始就不知疲倦地为这个出版计划操劳。他为这套书的设计和印制做出了极大的贡献。

最后，我想要感谢一些作家和导师，他们的作品极大地改变了美国和世界的哲学和灵性理论；他们致力于讲述一个更大的真相，完全不顾这种决定给他们带来的压力和个人问题；我每天都受到他们这种

做法的激励。

感谢琼·波瑞森科、迪帕克·卓普拉、拉里·多塞博士、韦恩·戴尔博士、伊丽莎白·库伯勒-罗斯博士、芭芭拉·马科斯·哈波德、斯蒂芬·列文、雷蒙德·莫迪博士、詹姆斯·雷德菲尔德、伯尔尼·西格尔博士、布莱恩·维斯博士、玛丽安妮·威廉姆森和加里·祖卡夫（所有这些人都是我认识和极其尊敬的），我代表一批感恩的公众向你们致以谢意，并代表我自己向你们致以欣赏和崇敬。

他们是我们这个时代的指路人，他们是寻路人。正是因为他们，以及许多我并不认识的、像他们那样的人，我才敢于踏上这样的旅程，才有能力向公众宣布永恒的真相。他们的生平和作品是极其辉煌的光芒，照耀着我们所有人的灵魂。他们身体力行地展现了我只是嘴上说说的道理。

尼尔·唐纳德·沃尔什

# 与神对话 3

产品经理｜赵海萍
封面设计｜董歆昱
Kindle电子书制作｜李元沛
出品人｜吴畏

# 目录

前言
Chapter 01
Chapter 02
Chapter 03
Chapter 04
Chapter 05
Chapter 06
Chapter 07
Chapter 08
Chapter 09
Chapter 10
Chapter 11
Chapter 12
Chapter 13
Chapter 14
Chapter 15
Chapter 16
Chapter 17
Chapter 18
Chapter 19
Chapter 20
Chapter 21
后记
致谢

# 与神为友

[美]尼尔·唐纳德·沃尔什 著
李继宏 译
江西人民出版社

图书在版编目（ＣＩＰ）数据
与神为友 / (美) 沃尔什著 ; 李继宏译. -- 南昌 : 江西人民出版社, 2016.1
ISBN 978-7-210-08118-0
I. ①与… II. ①沃… ②李… III. ①人生观 - 通俗读物 IV. ①B821-49
中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第307891号

著作权合同登记号：图字14-2016-0001号
All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form. This edition published by arrangement with G.P. Putnam's Sons, an imprint of Penguin Publishing Group, a division of Penguin Random House LLC, arranged through Andrew Nurnberg Associates International Ltd.

与神为友
尼尔·唐纳德·沃尔什/著
责任编辑/王华
出版发行/江西人民出版社
印刷/北京鹏润伟业印刷有限公司
版次/2016年2月第1版
2016年2月第1次印刷
开本/880毫米×1230毫米 1/32 印张13.75
字数/275千字
印数/1-24000
书号/ISBN 978-7-210-08118-0
定价/68.00元

赣版权登字**—01-2015-1018**
版权所有 侵权必究

献给

伊丽莎白·库伯勒—罗斯博士

她改变了全世界对生与死

的理解，敢于第一个说

神对我们的爱是无条件的，

我们可以与之成为朋友。

以及

莱曼·比尔·格里斯沃德

这位三十年的老朋友让我懂得了

什么是接受、耐心

和宽宏大量，以及其他许多

让我永志不忘的东西。

# 前言

试着告诉别人你刚和神进行了交谈，看看会发生什么事情。

不用试啦。我可以告诉你。

你的整个生活会改变。

首先，因为你进行了那种对话，其次，因为你把它说给别人听。

平心而论，我和神的交谈不止一次。我有过一场长达六年的对话。我还不仅“告诉”别人。我把对话的内容写下来，寄给了出版商。

自那以后，事情变得非常有趣。而且有点意外。

第一个意外是，出版商真的读了那份手稿，甚至把它变成书。第二个意外是，人们真的买了那本书，甚至还推荐给他们的朋友。第三个意外是，他们的朋友又推荐给他们的朋友，甚至让它变成畅销书。第四个意外是，如今它在二十七个国家销售。第五个意外是，考虑到共同作者的身份，上述这些都是意外。

如果神对你说他要做某件事，你可以相信他。神总是能够实现她的心愿。

我原本以为这次对话是私人的，但在对话期间，神却告诉我：“这将来会变成一本书。”我不相信他。当然，自出生以来，神说的话有三分之二我是不相信的。这就是问题所在。不仅是我的问题，而且是全人类的问题。

要是我们肯听就好啦……

那本得到出版的书有个非常没有创意的名字，《与神对话》。现在你也许不相信我有过这样的对话，我不需要你相信。那改变不了我有过的事实。只是如果选择了不相信，你就可以轻轻松松地把神对我

说的话斥为无稽之谈—— 许多人已经这么做了。但是呢，也有许多人不仅认为这样的对话是可能的，而且在他们自己的生活中也经常与神进行交流。不是那种单向的交流，而是双向的交流。可是这些人早就变得很谨慎，不会随便对人提起这个。因为当人们说他们每天对神说话，他们就会被称为信徒；可是当人们说神每天对他们说话，他们就会被称为疯子。

对我来说，这完全没问题。正如我说过的，我不需要任何人相信我说的任何话。实际上，我宁愿人们去倾听他们自己的心，去发现他们自己的真相，去寻找他们自己的意见，去动用他们自己的智慧，而且如果他们愿意的话，去展开他们自己与神的对话。

如果我说的话能让他们去这么做，能促使他们去质疑原来的生活方式、从前持有的信念，让他们更为广泛地探索自己的经验，让他们更为专注地致力于发现自己的真相，那么分享我的经验将会是一个非常好的主意。

我向来认为这是个好主意。我的想法得到了证实。所以《与神对话》变成了畅销书，后续的第二卷和第三卷也是。我认为你正在阅读的这本设法让它自己落到你手里的书会再次让你感到惊奇，促使你去探索和寻找你自己的真相—— 但这次它涉及的话题甚至更为宏大：除了与神对话之外，我们还能干什么呢？我们能够和神成为真正的朋友吗？

这本书说是的，它还告诉你方法。用神自己的话。因为令人高兴的是，我们的对话在这本书中继续展开，带领我们去往新的地方，也着重复述了我先前听到的一些道理。

我从中学到，这就是我和神的对话展开的方式。这些对话是循环往复的，不断温习已经学到的知识，然后又令人目眩神迷地转入新的领域。这种进两步退一步的方法让我能够记住先前分享过的智慧，让它牢牢地扎根在我的意识里，从而为更深入的理解奠定坚实的基础。

这里的过程就是这样。它并不是偶然的。虽然刚开始时我觉得这

个过程有点烦，但后来我非常欣赏它的运作方式。因为通过把神的智慧牢牢地植根于我们的意识中，我们影响了自己的意识。我们唤醒了它。我们让它得到升华。在这么做的过程中，我们又理解了更多的道理；我们终于忆起了我们的真实身份，我们开始展现这种身份。

在这本书里，将会讲述一点我的过去，还有我的生活在《与神对话》三部曲出版以来所发生的变化。许多人问过我这些，这是可以理解的。他们想要了解这位自称能够与神拉家常的人。然而我写下我的故事，却不是由于这个原因。我在这本书里插入我的“个人故事”，不是为了满足人们的好奇心，而是为了表明与神为友给我的生活带来了什么样的好处—— 以及我们所有人的生活都能得到同样的好处。

当然，这就是本书带来的消息。我们大家都是神的朋友，不管我们是否知道。

我曾属于那些不知道的人。当时我也不知道这份友谊会带我去往何方。这本书的令人惊喜之处，这本书的神奇之处，倒不在于它证明了我们能够而且确实成为神的朋友，而在于它指出了这份友谊注定会给我们带来的东西—— 以及它能带领我们去到的地方。

我们处在人生的旅途上。神邀请我们和他成为朋友是有目的的，这种友谊的存在是有原因的。直到最近，我仍然不知道原因。我尚未忆起。现在我忆起了，我不再害怕神，这改变了我的生活。

在这本书（以及在我的生活）中，我仍然会有疑问。但现在我也提供答案。这就是区别所在。现在我能与神对话，而不仅是对神说话。现在我能与神并肩，而不仅是跟随着他。

我最大的希望是，你们的生活也会发生我这样的变化，在这本书的帮助和指引之下，你们也能和神成为真正的朋友，从而也能以新权威的身份去说出你们的话和度过你们的生活。

我希望你们不再是追逐光明的人，而是带来光明的人。因为你带来什么，你就会找到什么。

神似乎不像各种领袖，他并不期待追随者。我们可以追随神，也可以引领别人走向神。前者将会改变我们，而后者将会改变世界。

尼尔·唐纳德·沃尔什
阿什兰市，俄勒冈州
1999年7月

# Chapter 01

我清楚地记得我是什么时候开始害怕神的。那是在他说我母亲将会下地狱的时候。

好吧，其实这话不是他亲口说的，但有人替他这么说。

当时我大概六岁，我那自诩为神秘主义者的母亲正在我们家厨房的餐桌上用扑克牌为朋友“算命”。人们总是络绎不绝地来我们家，看看母亲能够用一副扑克牌预测到什么。大家说她精通此道，她有这种本领的消息悄悄地传开了。

那天妈妈正在解读扑克牌，家里来了不速之客，那是她姐姐。我记得姨妈只敲了一次门，就从房子后面的纱门闯进来。看到眼前的场景，她不是很高兴。妈妈表现得很尴尬，仿佛在做不光彩的事却被逮个正着。她支支吾吾地介绍了她那位女性朋友，手忙脚乱地收起扑克牌，放进她的围裙口袋里。

姨妈当时什么也没说，但后来她到后院跟在那玩耍的我道别。

“你知道吗，”我送她到她的轿车前时，她说，“你妈妈不该用扑克牌预测人们的未来。神会惩罚她的。”

“为什么呀？”我问。

“因为她这是跟魔鬼勾结，”—— 我记得这句令人毛骨悚然的话，因为在我听来它很特别—— “神会直接将她打入地狱。”她若无其事地说，仿佛刚刚说的是明天要下雨。时至今日，我仍记得那天目送她开车倒出院子时，吓得浑身发抖。想到妈妈如此严重地冒犯了神，我就吓得要死。对神的害怕自此深深地埋藏在我心里。

神本应是宇宙中最仁慈的造物主呀，他怎么会想要用永恒的诅咒来惩罚我妈妈，我生活中最仁慈的人？这是我六岁的心灵渴求了解的

问题。所以我得出了一个六岁小孩的答案：妈妈在那些认识她的人看来，简直就是圣徒，如果神忍心对她做那样的事情，那么他肯定是很容易生气的，肯定比我父亲还容易生气，所以我们大家最好要注意自己的言行。

我怕神怕了很多年，因为我的怕不断地得到强化。

我记得二年级的教义答问中说，婴儿若非经过洗礼，便无法升入天堂。这种说法连二年级的学生也觉得毫无道理，我们常常跑到修女身边，围着她提出这样的问题："修女，修女，要是父母其实是带婴儿去洗礼，但在路上因为发生严重的车祸而全家都死了，那又怎么样呢？难道那婴儿就无法随父母上天堂吗？"

我们的修女肯定是老派的教徒。"是的，"她唉声叹气地说，"恐怕去不了。"

对她来说，教义就是教义，没有例外可言。

"但那婴儿会到哪里去呢？"我有个同学热切地问，"地狱还是炼狱？"（在虔诚的天主教家庭，九岁的孩子早就准确地知道"地狱"意味着什么。）

"那婴儿既不会去地狱，也不会去炼狱，"修女告诉我们，"婴儿去的是利姆泊。"

利姆泊？

修女解释说，神会将婴儿和其他一些虽然没有犯错但生前没有洗礼信教的人送到利姆泊。他们不会遭受惩罚，但也永远见不到神。

这就是伴我成长的神。你也许会觉得我是在信口开河，但我不是。

对神的害怕是由许多宗教创造出来的，而且实际上也得到许多宗教的提倡。

我告诉你吧，我对神的害怕无需别人来煽动。如果你觉得利姆泊就让我害怕，你应该听听有关世界末日的说法。

上世纪50年代初期，我听说了法蒂玛那几个孩子的故事。法蒂玛是葡萄牙中部的小村，在里斯本以北，据说圣母曾先后在一个小女孩和她的两个表弟妹面前显身。下面是我听到的故事：

圣母把一封写给全世界的信交给这三个孩子，要他们送到教宗手上。教宗则会打开这封信，阅读它的内容，但随后要将其再次封缄；如果有必要的话，多年以后将信里所写公之于众。

据说教宗看完信之后哭了整整三天；据说信里提到神对我们感到深深的失望，也详细描写了假如我们对神这次最后的警告置若罔闻，不肯改变我们的行为，神将会如何惩罚世人。那将会是世界末日，人们将会痛哭流涕，承受难以置信的酷刑。

我们在教义答问课上被告知，神非常愤怒，早就想施加刑罚，但由于圣母的求情，神对我们产生了怜悯之心，给了我们最后一次机会。

法蒂玛圣母的故事让我心里充满了害怕。我跑回家，问妈妈这是不是真的。妈妈说，既然这是修女和修士告诉我们的，那肯定是真的。我们班上的孩子既紧张又担忧，不停地问那个披着头纱的修女我们该怎么办。

“每天去教堂做弥撒，”她提出了建议，“晚上念玫瑰经，经常用手在胸前画十字。每个礼拜去教堂忏悔。要通过苦行来补赎，让神看到你正在惩罚自己，以此证明你已经远离罪恶。到教堂领受圣礼。每晚入睡之前念出上等痛悔的祷词，这样的话，就算你在睡梦中被带走，也有资格成为天堂里的圣徒。”

实际上，我从来没想过我会活不到天亮，直到我学会了这段童年时的祷词：

我今欲睡上床铺，

灵魂但请主照顾。

若是未醒身先死，

灵魂但请主收拾。

我当时接连好几个星期不敢上床睡觉。每天晚上我都哭，没有人能弄明白怎么回事。直到今天，我仍有害怕暴毙的心病。每当离开家门去坐飞往外地的航班，我通常会对我太太南希说：“如果我回不来，请记住我对你说的最后一句话是‘我爱你’。”有时我出门去买日用品也会这么说。我身边的亲友都拿这个取笑我，但我内心深处其实是绝对认真的。

第二件让我害怕神的事，发生在十三岁那年。我童年的保姆弗兰基·舒尔茨就住在我们家对面，当时他要结婚了。他邀请我去他的婚礼当礼宾员。他邀请我耶！哇，我感到很自豪。然后我跑到学校告诉修女。

“婚礼在哪里举行呢？”修女疑神疑鬼地问。

我向她说了那地方的名字。

她的口气立刻变得冷冰冰。“那是路德派的教堂，对吧？”

“唔，我不知道。我没问。我觉得我……”

“那就是路德派的教堂，你不能去。”

“为什么？”

“你被禁止去那种地方，”她大声说，似乎这是不容置疑的真理。

“可是为什么呀？”我还是想知道。

修女惊诧地看着我，她好像没料到我会继续追问。接着，她显然强行抑制内心的怒气，眨了两次眼睛，挤出一个微笑。

“神不希望你去异教徒的教堂，我的孩子，”修女解释说，“去那里的人信仰跟我们不同。他们并不传授真相。踏进天主教堂之外的任何教堂都是一种罪行。你的朋友弗兰基选择在那里结婚，我感到很遗憾。神不会祝福那桩婚事的。”

“修女，”我提出了一个超越她的忍耐度的问题，“假如我非要去当礼宾员呢？”

“这样啊，”她郑重其事地说，“那你就糟糕了。”

哎呀。这问题很严重。神是个强硬的家伙。绝不能越界。

嗯，我越界了。我希望我能宣称我的抗议出自某些高尚的道德理由，但真相是，我特别想穿上那套白色的礼宾服（还有那朵粉红的康乃馨—— 就像歌星帕特·布恩所唱的那样！）。我决定不向任何人提起修女说的话，并去当了那场婚礼的礼宾员。老兄，我当时好怕啊！你也许觉得我言过其实，但我那天整天都在等着神把我打趴下。仪式进行的时候，我竖起耳朵想听到已经有人提醒我注意的路德派谎言，但那个牧师说的都是些温暖人心的美好话语，教堂里每个人听了都感动落泪。尽管如此，婚礼结束时，我浑身被汗浸透了。

那天晚上我手足并用，趴在地上，恳求神原谅我的冒犯。你不知道我念的上等痛悔祷词念得有多好。（神啊，我由衷地为冒犯您而感到抱歉……）我躺在床上几个小时，生怕睡着，反反复复地念着：若是未醒身先死，灵魂但请主收拾。

喏，我说这些儿时的故事给你听—— 还有更多的故事我没说出来—— 是有原因的。我想让你感受我对神的害怕是多么真切。因为我的故事并不是独一无二的。

正如我说过的，并非只有天主教徒才会战战兢兢地面对神。当然并非如此。世界上有半数人相信，如果他们做得不好，神就会“处理”他们。各种宗教的原教旨主义者将害怕灌输给他们的追随者。你不能这样做。别那样做。停手，否则神会惩罚你。我们在这里谈论的

不是诸如不能杀生之类的重要戒条。我们正在谈论的是，神会恼怒，是因为你在星期五吃牛肉（不过他后来改变主意了），或者在任何一天吃猪肉，或者离婚。这个神会因为你下面这些表现而生气：不用纱巾将你的女性脸庞遮起来，一生中没去过麦加，每天没有五次停下所有活动、铺开你的毛毯并跪拜其上，没有在教堂里成婚，没有每个礼拜天忏悔或者去教堂，凡此等等，不一而足。

我们必须小心翼翼地伺候神。唯一的问题是，你很难了解各种规则，因为实在是太多了。最困难的事情是，每个人的规则都是对的。至少他们都这么说。然而他们不可能全对。所以你怎么选择呢？你怎么知道呢？这真是个令人烦恼却又并非不重要的问题，因为神能够容忍的错误显然很少。

现在有了这本叫做《与神为友》的书。这意味着什么呢？怎么可能有这样的书呢？难道神竟然不是残暴的家伙？未经洗礼的婴儿能上天堂吗？戴面纱、朝东方朝拜、禁欲或者禁食猪肉其实毫无意义吗？安拉无条件地爱着我们吗？当我们离开人世时，耶和华会选择每个人都陪着他吗？

更为震撼人心的问题是，有没有可能我们根本不该用“他”来指称神？神也许是女的？或者更令人难以置信，是没有性别的？

对受过我这种教育的人来说，哪怕只是想到这些念头也会被认为是一种罪过。

然而我们不得不思考这些问题。我们不得不提出这些质疑。盲目的信仰已经引我们走入死路。过去两千年来，人类在灵性进化方面毫无进展。我们聆听一个又一个的导师，跟随一个又一个的大师，有过一次又一次的教训，然而我们表现出来的，却依然是各种自有时间伊始便给我们人类造成悲剧的行为。

我们仍然在杀害我们的同类，还存在着靠强权和贪婪来管理我们的世界，在社会上给性欲施加各种束缚，虐待和误导我们的孩子，忽略苦难，甚至创造苦难。

基督诞生至今已有两千年，佛陀生活的时代距今已有两千五百年，我们最早听到孔子的教导、领略道家的智慧的时代更加久远，然而我们尚未解决一些重大的问题。我们是否有办法将已经得到的答案转化为某种在日常生活中行得通的东西，某种在日常生活中能发挥作用的东西？

我想是有的。我觉得肯定有，因为在我和神的对话中，我已经详细地讨论过这种办法。

# Chapter 02

我被问到次数最多的问题是："你怎么知道你真的曾与神对话？你怎么知道那不是你幻想出来的？甚至是魔鬼对你耍的花样？"

被问到次数第二多的问题是："为什么是你？神为什么选中你？"

第三多的是："这件事情发生之后，你的生活怎么样？有什么变化？"

你原本也许会认为，人们最想了解的问题，肯定是关于神的话语，关于我们那套对话录中非凡的洞见、惊人的启示和新奇的体系（当然，也有许多人提出了这方面的问题），但上面三个最经常被提起的问题涉及的却是这个故事中的人。

毕竟，我们大家都想相互了解。我们对同类的求知欲是无法满足的，比对其他任何事物的求知欲更加强烈。仿佛我们毫无由来地知道，假如我们越是了解对方，就越能够了解我们自己。而更多地认识我们自己—— 我们的真实身份—— 的渴望，是最深的渴望。

于是我们经常问起的是对方的经验，而非对方的理解。你觉得怎么样？你怎么知道那是真的？你正在想什么呢？你为什么要做这些事？你怎么会有那种感受？

我们不断地想要进入对方的内心。人类的内心有一套导航系统，它引导我们本能地、不可抗拒地彼此靠近。人类的基因是天生的机制，我相信它蕴藏着普世的智能。相互靠近是有意识生灵的最基本反应，是由这种智能决定的。它将永恒的智慧灌入人类的细胞，创造出某些人所说的吸引力定律。

我相信我们的相互吸引是与生俱来的，因为我们内心深处知道，我们将会在彼此身上找到自我。也许我们没有清楚地认识这个道理，也许我们没有明晰地说出来，但我认为我们的细胞是理解的。而且我

相信这种微观的理解来自一种宏观的理解。我相信我们知道，在最高的层面上，我们所有人都是一体。

正是这种至高无上的觉悟，促使我们彼此靠近；正是对它的忽略，创造了人类心灵最深的孤独，以及人类所有的悲惨境况。

这是我与神对话得出的结论：人类心灵的所有悲伤，人类社会的所有屈辱，人类经验的所有悲剧，都能归咎于人类的一个决定—— 决定彼此有所保留，决定忽略我们至高无上的觉悟，决定将我们天生的相互吸引称之为“坏”，将我们的一体性视为谎言。

因此我们否定了我们真实的自我。这种自我否定催生了我们所有负面的经验。我们所有的愤怒、所有的失望、所有的痛苦，无不诞生于我们最大的快乐死去之时。那最大的快乐就是成为一体的快乐。

人类遭遇的矛盾是，尽管在细胞层面上我们想要经验一体性，但在精神的层面上却否定它。因而，我们关于生活及其原理的想法有悖于我们最深层的内在认识。实际上，我们日常的行动都和我们的本能背道而驰。这导致了我们目前这种疯狂：我们乐此不疲地在行动中展现不可理喻的分裂状态，却又渴望再次认识天人合一的欢乐。

这个矛盾能够被化解吗？能的。它将会结束，只要我们化解我们与神的矛盾。这正是这本书的用意所在。

我原本没想到会写这本书。它和《与神对话》相同，是神给我与大家分享的。曾以为《与神对话》三部曲结束之后，我的“业余作家”生涯也会结束。可是后来坐下给《第一卷辅导手册》写致谢词，却拥有了一种我觉得很神秘的体验。

我准备告诉你当时发生了什么事情，这样你就能更好地理解这本正在被写下的书。大家听到我在写这本书时，有人对我说：“我以为只有三部曲呢，原来还有啊？”他们好像莫名其妙地觉得，我写出更多的书，意味着最初那个过程是值得怀疑的。所以我想要你知道这本书是怎么回事，我怎么会觉得这本书非写不可—— 虽然到目前为止，

我坐在这里，仍然不知道它的内容是什么，会说些什么。

那是1997年春天，我刚写完《辅导手册》。我很紧张地等待我的出版商汉普顿道路公司的回音。最后，电话终于响起。

“喂，尼尔吗？书写得真好啊！”鲍勃·弗里德曼说。

“真的吗？不是开玩笑吧？”我总是不敢相信好事会落到我头上，总是预备听到最糟的消息。所以原本以为他会说：“对不起，我们不能接受这本书稿。你必须彻底重写。”

“我当然是说真的，”鲍勃哈哈大笑说，“这种事情我怎么会骗你呢？难道你觉得我想出烂书？”

“没有啦，我只是觉得你可能是在恭维我。”

“相信我，尼尔。如果你写的是一本烂书，我才不会通过说那是好书来恭维你。”

“好吧，”我将信将疑地说。

鲍勃又是哈哈大笑。“老兄，你们这些作家真是最没有安全感的人。我跟你说真话才有饭吃啊，你怎么连我说的话都不信？我告诉你吧，这是一本了不起的书。它将会让许多人获益。”

我松了一口气。“好吧，我相信你。”

“还有一件事。”

“我知道！我就知道！有什么问题？”

“没问题的。只是你没有把致谢词发过来。我们只想知道，你到底是写了致谢词但忘记了，还是不想写。就这样。”

“真的啊？”

“真的。”

“感谢神。”

鲍勃笑着说：“这是你的致谢词吗？”

“很可能是。”我跟鲍勃说我会立刻发电子邮件给他。挂上电话后，我高兴地大喊了一声。

“怎么回事？”我太太南希在隔壁房间大声问。我洋洋得意地走过去。

“鲍勃说那本书很好。”

“哦，好啊。”她笑逐颜开地说。

“你觉得他这么说是真心的吗？”

南希眼睛一转，微笑着说：“我敢肯定这种事鲍勃不会骗你。”

“刚才他也是这么说。但还有一件事。”

“什么事？”

“我得写致谢词。”

“嗯，这不是问题。不用十五分钟你就能写好。”

我太太显然该去当出版商。

于是我在某个星期六早晨坐下来，准备开始我的任务。我问自己：“在这本《辅导手册》的扉页，我想要感谢谁呢？”脑海里立刻有个声音说：“当然是神啊。”是的，我和自己争辩说，但我为生活中的一切感谢神，而不仅仅为这本书。“那你写啊，”脑海里的声音说。于是我拿起圆珠笔，写下这些文字：我为生活中的一切，为我做过的所有善事、好事、有创意的事和美妙的事，感谢我最亲密的朋友和最亲近的伴侣，也就是神。

我记得当时我为自己写下的这句话感到吃惊。我从前没有如此形

容过神，突然间我清楚地意识到，这正是我对神的感觉。有时候，只有当我写作时，我才能准确地认识到我的感受。你有过这种经验吗？当时我写下那个句子，恍然大悟……你知道吗，我和神之间确实有一份友谊。那正是我的感受。脑海里的声音说："那么把它写下来。继续写，说出来。"我提笔写出致谢词的第二段：

我从来没有认识到如此美妙的友谊（这正是我在当前的感受），我不想错过向它表达谢忱的机会。

然后我毫无来由地写出如下的文字：

> 我希望有朝一日能够向大家详细地解释如何培养这样的友谊，以及如何利用它。因为神最想要的就是被利用。那也是我们想要的。我们想拥有与神的友谊。一种实在的、有用的友谊。

写到这里，我的手僵住了。一阵颤栗自下而上地掠过我的后背。我感到体内有种巨大的冲动。我静静地坐了片刻，感到非常震惊，因为我彻底地领悟了某些以前从未想到但此刻显得特别明显的道理。

这种特殊的经验并不新奇。在写《与神对话》时，我常常有这样的经验。几个词、几个句子会从脑海里飞翔而出。等到我在面前的纸张上看到它们时，会突然明白事实正是如此，哪怕片刻之前我对"此"一无所知。这类经验通常会引起身体的变化—— 或者是突然的浑身激灵，或者是我所说的幸福的颤抖，或者是欢乐的泪水。有时候则是三者并现。

这次就是三者并现。三重效果的叠加。所以我知道我写下的是绝对的真相。

然后我个人得到了重要的天启—— 这以前也发生过。这种感觉就是突然间对某样事物有了全部的"觉悟"。也就是"顿悟"。

当时我被促使—— 我只能这么说—— 认识到的是，《与神对话》三部曲完稿之后，我不会停止写作。我突然清楚地意识到，我至

少还会写两本书，也立刻明白这两本书的题材和内容。我听到神的声音轻轻地说……

尼尔啊，你们和我的关系，并不异于你们之间的关系。你们彼此的交往始于对话。如果相谈甚欢，你们就会成为朋友。如果能够做到肝胆相照，你们就会拥有和对方合一的感觉。你们和我亦是如此。

刚开始的时候，我们彼此对话。

你们每个人都以自己的方式，而且在不同时间以不同的方式，与神进行对话。那可能是双向的交流，比如我们现在的对话。这种对话也可能发生在“脑海里”，或是纸上；又或者我的回应会稍有延迟，存在于下一首你聆听的歌曲、下一部你观看的电影、下一堂你参加的课程、下一篇你阅读的杂志文章，或是你在街上“碰巧”遇到的朋友的闲聊。

你若明白我们总是在对话，那么我们就能成为朋友。最终，我们将会经验到合一。

因此，你将会写下另外两本书：《与神为友》和《与神合一》。第一本的内容是如何应用《与神对话》三部曲中谈到的各种原理，如何将你和神的新关系转变成一种完全有实用功能的友谊。第二本将会揭示如何把这段友谊升华为合一的经验，以及合一之后的情况会是怎么样。它将会为每个真相追求者提供一份蓝图，为人类带来一道令人兴奋的消息。

你们和我现在就是一体。你们只是不知道而已。你们没有选择去经验它—— 正如你们没有认识和选择去经验你们彼此间的一体性。

尼尔啊，那些看过你这几本书的人将会终结这种分裂。他们将会打破分离的幻象。

这是你的任务。这是你的工作。你要打破分离的幻象。

这是最重要的任务。别的任务都在其次。你和神的对话无非是这

个任务的起点而已。

我感到非常震惊。又一阵颤栗自下而上地掠过我的后背。我开始感受到体内的颤动，就是那种你说不清来源、但能感到身体的每个细胞都在振荡的颤动。当然，实际情况就是这样。你的每个细胞正以更快的速率振动。以更高的频率振荡。随着神的能量起舞。

你说得真漂亮。这是美妙的比喻。

哇，等等！我可没想到你这么快又现身了。我刚才只是复述你在1997年说过的话。

我知道。我是情不自禁啊。我本来想等到这本书的中间部分才出现，但你开始写出非常有诗意的句子，我实在忍不住。

很好。那很好。

嗯，这几乎是自动的，不骗你。每当你写下优美的文字，说出诗意的话语，展现可爱的微笑，唱响动听的歌谣，或是跳起曼妙的舞蹈，我就会出现。

真的啊？

不妨这么说吧，我就在你的生活里，一直都在。以各种各样的方式存在。但当你做这些事情时，当你发自内心地微笑、恋爱、歌唱、跳舞或写作时，你会更清楚地意识到我的存在。这是我的身份的最高属性，当你表现出这些属性，你就是在将我表现出来。这不是比喻。你确实是将我表现出来。也就是说，将我推出来。

你是在将我从你身内（这是我向来居住的地方）带出来，在你的身外展现我。所以看起来好像是我“现身”了。但其实我一直都在，只是你在这些时刻才注意到我。

是的。嗯，在和你开始另一次对话之前，我有好多话要说。

那你说啊。

对不起，但要忽略你是很难的事情。你要是来了，我很难假装你不在。你就像股票经纪人，只要你开口，每个人都会听。现在你开始这次对话，还有谁会听我的呢？

很多人会啊。也许每个人都会。他们想听听你最近怎么样。他们想知道你学到了什么。别因为我出现就打退堂鼓。这是许多人都有的问题。神一出现，他们就自惭形秽。他们觉得他们自己非低声下气不可。

我们在神的面前不该低声下气吗？

我来不是为了贬抑你们，而是为了抬举你们。

真的啊？

你们得到抬举，我也得到抬举。你们遭到贬抑，我也遭到贬抑。

我们唯有一个。你们和我是一体。

是的，这正是我要谈到的。我准备讲讲这个道理。

那你说啊。别让我阻碍你。跟正在看这本书的人讲讲你所有的经历。那是他们想要知道的。你但说无妨。大家认识你之后，也就能够认识他们自己。

他们将会在你身上看到他们自己，如果他们在你身上看到我，他们将会在他们自己身上也看到我。这将会是一份伟大的馈赠。所以你接着说你的故事吧。

好啊。刚才我说到我的每个细胞似乎都在摇晃、振荡、颤动。我浑身发抖，感到非常兴奋。一滴泪水从我的眼睛流下来，顺着脸颊下滑，来到我的胡子上，我伸出舌头去舔它，品咂着它的咸味。我再次拥有那种感受。我觉得从我体内满溢而出的是……是爱。

我无法继续写致谢词。我必须去做我刚被分配的事情。我想要立刻开始撰写《与神为友》。

“喂，喂，你不能这么做，”我脑海里的声音震惊地说，“你甚至还没写第三卷呢。”（第三卷指的当然是《与神对话》三部曲的完结篇。）

我知道我必须先完成三部曲，才能启动别的计划。尽管如此，我仍不能忽略在我血管里流动的能量。于是我决定打电话给另外一家出过我的书的单位，纽约的普特南出版集团。

“我说了你可能不相信，”当对方接起电话后，我脱口而出，“但神刚刚告知我另外两本书的内容，并命令我把它们写出来。”

我从不命令任何人做任何事。

嗯，我想我对那位编辑说了“命令”这个词。也许我应该说：“神给了我写这两本书的灵感。”

这种说法更好，也更准确。

当时我很兴奋，顾不上斟酌用语，权衡它们是不是准确。

我能理解，然而多年以来，诸如此类的做法使人们对我产生了错误的印象。

现在我来到这里，是为了纠正那种印象。我来是为了告诉你们，与神成为真正的朋友意味着什么—— 以及如何与神成为真正的朋友。

我又感到非常兴奋啦！快说，你快说啊！

你先说完你的故事吧。

谁想听我的故事啊？我想听你说这个。

先说完你的故事。它跟我要说的有关。它跟我们今天的谈话有直接的关系。

那好吧。我告诉那位编辑，你让我再写两本书，她显得很热心。

我问她普特南是否有出版它们的兴趣。

“你开玩笑啊？我们当然有兴趣，”她说，然后又让我写篇短文，择要介绍我刚对她说的内容。

第二天我把简介传真过去，这家公司非常友善地给了我两本书的出版合同。

你为什么不把这两本书放到互联网上呢？

什么？

你为什么不让读者可以免费看到它们呢？

你为什么问我这个问题？

因为很多人想知道答案。出版商给你很多钱吗？

嗯，是的。

你为什么要收他们的钱呢？“如果你是神的人，你应该免费和世人分享这些内容。你不会费尽心机去签几本书的合同。”有些人是这么说的，对吧？

是啊。他们确实这么说。他们说我写这些书是为了赚钱。

那你是吗？

我不是为了赚钱，但我也没有理由不赚这些钱。

神的人不会这么做的。

真的吗？牧师没有薪水吗？拉比不吃饭吗？

他们也拿钱，但不会太多。神的教师过着贫穷的日子，他们不会因为分享纯粹的真相就索要钱财。

我没有索要钱财。我没有索要任何东西。那钱是别人主动给我的。

那你也应该拒绝。

为什么呢？谁说钱是不好的？如果我有机会通过分享永恒的真相而赚到很多钱，我为什么不该赚呢？

再说了，也许我想用这笔钱来办许多非凡的事情呢？也许我梦想设立一个非营利的基金会，以向世人传播你的消息为己任呢？说不定我想让别人过上更好的生活呢？

那还有点说得通。那我就不那么生气啦。

又或者我直接把大部分钱捐赠出去，用来帮助那些有需要的人呢？

那也说得过去。我们能够理解。我们可以接受。但你啊，你自己应该过得非常俭朴。你不应该把钱用在自己身上。

是吗？我不该庆祝我的身份吗？我不该过着华美的生活吗？拥有漂亮的房子，开崭新的轿车都不可以吗？

是的。你也不能穿华丽的衣服，不能去昂贵的餐厅吃饭，不能购买奢侈的商品。你应该把所有的钱送给穷人，仿佛钱并不重要。

但我确实不看重钱啊！我在生活中真的觉得钱不重要。我花钱很大方，送钱给人很豪爽，而且会很慷慨地和人分享钱财—— 反正在我看来，钱确实是不重要的。

每当我想买什么贵重的物品或者想做什么耗资巨大的事情，我会表现得仿佛钱并不重要。每当我的心召唤我去帮助别人，或者为世人做一些美好的事情，我也会表现得仿佛钱并不重要。

要是一直这样，你会失掉所有的钱。

应该说是用掉所有的钱！你无法丢失钱。你只能使用它。钱是被用掉的，不是被失掉的。它会落到某个人手里！它并没有消失。问题在于，它落到什么人手里？如果它落到那些买东西给我、或者替我做了我想做的事情的人手里，那我“失掉”什么呢？如果这钱是用来做善事，或者满足别人的需求，这怎么能说是失掉呢？

但如果你不保留它，你就没有剩下的啦。

我不“保留”任何我拥有的东西！我早已明白，如果我保留某样东西，我就会失去它。假如我“保留”爱，我非常有可能不会得到爱。假如我保留金钱，那它就毫无价值。经验你“拥有”某样东西的唯一方法是把它给出去。只有这样你才能认识到你拥有它。

你逃避了我最主要的问题。你花言巧语，顾左右而言他。但我不会让你糊弄过去的。我要把你拉回来。

最主要的问题是，那些真正传授神的教导的人，不会也不该以此来谋财。

这是谁告诉你的？

你啊。

我？

是的，是你。你这辈子都是这么对我说的。直到你写下这几本书，赚了很多钱。是什么促使你改变的呢？

你。

我？

是你。你曾告诉我钱不是所有邪恶的根源，不过我觉得滥用钱倒是。你曾告诉我，你创造生活，是为了让我们去享受，享受生活是没问题的。不仅没问题，而且还值得提倡。你曾告诉我，金钱和生活中别的一切并无不同—— 无非都是神的能量。你曾告诉我，你是无所不

在的，所有事物的里里外外都有你的存在—— 实际上，你就是所有事物，是一切的一切，那自然包括了金钱。

你曾告诉我，我这辈子对钱的看法是不准确的。我搞错了。我认为钱是肮脏的、下贱的。你还跟我说过，我这么想无异于误解神，认为神是肮脏的、下贱的，因为钱是你的身份的组成部分。

你曾告诉我，我构建了一种有趣的生活哲学，认为钱是“坏”的，爱是“好”的。因此，一件事情越有爱心，或者对社会越重要，我或者其他任何人就越不能借它来赚钱。

在这个问题上，你曾告诉我，世人大半“颠倒是非”。

我们向舞女和球员支付巨额的薪水，以便观看他们的表演，而那些研究艾滋病疗法的科学家、在教室里教育我们的孩子的教师，以及照顾我们灵魂的神父、拉比、牧师，却挣扎在温饱线上。

你曾告诉我，这种金钱观创造了一个上下颠倒的世界，有些人做的是最重要的事，却拿最少的报酬。你当时对我说，这种金钱观非但是无效的（它无助于我们创造理想的世界），而且是多余的，因为它根本不符合我的意愿。

你曾告诉我，你的意愿是让每个人过着奢侈的生活，奢侈没有什么错；而我们地球上唯一的问题是，我们尚未学会如何分享金钱——哪怕人类社会的出现已有成千上万年。

你也清楚地指出，如果我回避金钱，那么我就无法将关于它的真相传授给世人。我自己树立了错误的榜样，只会让世人继续错下去。

你说我若想更有效地教导世人，就应该欢乐地接受金钱—— 以及生活中所有好的东西，并且也欢乐地去分享。

我跟你说过这些话啊？

是的。你清清楚楚地说过。

你信我吗？

我当然信。实际上，这些新的信念改变了我的生活。

很好。非常好。你掌握得很好，我的孩子。你用心地听了，也用心地学了。

我就知道！你刚才只是在试探我。我知道你只是想看看我是如何回答这些问题的。

是的。但现在我有更多的问题要问你。

不会吧，老兄。

人们为什么必须为这份信息付钱呢？别再提你觉得你可以通过它赚钱的原因。人们为什么必须付钱才能得到它呢？难道神的话语不是对所有人都免费的吗？你为什么不把它放到互联网上？

因为现在不分日夜在互联网上长篇大论地散布各种信念，以及别人为何应该采纳这些信念的人太多啦。你最近没上网看看吗？网上的信息有无穷多。我们打开的是潘多拉的盒子。

假如我一开始就跳到网上，宣布我正在与神对话，你能想象有多少人会注意到我吗？你真的认为那在网上算是新闻吗？拜托。

好吧，但现在你的书变得非常流行。

大家都知道这些书。你为什么还不把它们放到网上去呢？

人们知道《与神对话》系列图书有价值，恰恰是因为别人已经为它们付出了有价值的东西。正是别人赋予给它们的价值，使得它们拥有现在的价值。生活无非就是人们为别人做好事。这是我们每个人都在做的事。而在英文中，“好”和“商品”是同一个词。从这种意义上说，我们所做的无非就是向世人提供我们的“商品”。假如世人认为我们提供的东西是重要的，不管这种东西是修理水管、烘烤面包、治疗病痛，还是传授真相，那么世人会说它是“有价值的”；也就是说，它

拥有价值。如果我们通过交换的方式，用我们手上有价值的东西去赋予某样东西价值，那么我们不但会得到我们给出的价值，同时也让别人拥有的那样东西变得更有价值。

于是别人会被它吸引过去，因为人们总是追求给他们的生活增添价值。我们的商业系统让我们能够确定什么有价值，什么没有。

它不是完美的系统，我们的价值标准也不是完美的。但我们现在只有这个不完美的系统。我只能在这个系统里面去改变它。

有些穷人买不起书，那怎么办呢？

这国家几乎每个家庭都有许多书。这不是他们家里有没有书的问题，而是他们家里有什么书的问题。

再说了，差不多每个图书馆都藏有《与神对话》。通过“以书赠友”项目的运作，许多在监狱里的人和其他有需要的人也都能看到它。

所以我想指出的是，读者很容易看到这本书。它已经被翻译成许多语言，全世界的人都能看到。从香港到特拉维夫，从波兰到日本，从柏林到波士顿，都有人在阅读它，结成小组研究它，和别人分享它。

但是坦白说，我觉得这些问题很尖锐。这个关于钱的问题，以及该拥有什么、该做什么的问题，已经让我烦恼了几十年。正如你曾说过的，在这方面我和大多数人并无不同。

甚至直到今天，我内心仍隐隐觉得我应该舍弃《与神对话》三部曲给我带来的名望、财富和其他一切回报。我依旧想要穿上破旧的毛衣，住进一座小木屋，拒绝世人因为我做的好事而提供给我的一切好东西。我总觉得那样会让我变得更加高尚。

你知道这种想法有多么病态吗？我拿出某样东西，要人们认为它很有价值，自己却分文不取。

然而我如何能够期待人们珍惜我不珍惜的东西呢？我倒没问自己这个问题。对我来说，它太过深奥，太过接近肯綮。假如我认为我必须受苦，别人才能看到我的价值，那么这种价值又是什么呢？这也是核心的问题。另外一个我忽略的问题。

但既然你挑起这个话题，我倒想问：传媒大亨泰德·特纳的人生价值不如特蕾莎修女吗？金融大鳄乔治·索罗斯的人生价值不如切·格瓦拉吗？坐拥万贯家财的杰西·杰克逊的政治观点，不如过着清贫日子的瓦茨拉夫·哈维尔的政治观点有价值吗？教宗所穿的长袍，换成钱足够养活穷人家的孩子一整年，他领导的教会拥有数十亿美元的资产，你能因为他过着国王般的生活而指责他说的话是对神的亵渎吗？

泰德·特纳和乔治·索罗斯捐出的钱款数以百万美元计。他们用实现自己梦想得到的回报，帮助许多人追求他们的梦想。

通过实现我们自己的梦想，帮助别人追求他们的梦想。这是多么美好的想法！

从单亲少年成长为拥有巨大影响力的政治人物，杰西·杰克逊给数百万人带来了希望。教宗点拨了世界各地许许多多的人，假如他衣衫褴褛，他对全世界的天主教徒的启发也不会变得更多（实际上，非常有可能会少得多）。

所以我能够心安理得地接受这样的事实：《与神对话》的出版给我的生活带来了许多好东西——　也让我有更多的好东西去跟别人分享。

但在这里我想指出的是，这几本书的出版并非是你这种生活状态的根源。在这些书出版之前，你已经将根源准备好。实际上，恰恰是这几本书得到出版并一纸风行的原因。

是的，我觉得事实如此。

事实当然如此。你的生活、你的经济收入，以及你在现实中拥有的东西，都随着你的改变而改变。

当你对它们的想法发生转变，它们就会为你而改变。

嗯，你知道吗，我觉得这应该归功于你。我总是对别人说，这些书会畅销，是因为你想要他们畅销。实际上，我宁愿认为这全是神的旨意。

你当然愿意这么想啦。这减轻了你的责任，而且也让这整件事变得更加可信。我也不想打破你的幻想，但坦白说，这不是我的功劳。

不是吗？

不是。是你的功劳。

那太好啦。看来现在我不能说我受到神的启发啦。但我正在写这本书呢？这可是你跑来找我，让我写的！

不错，这是个很好的起点，我们可以从这里开始，来讨论如何与神成为朋友。

# Chapter 03

如果你和我要成为真正的朋友，拥有一份有实际效用的友谊，而不仅仅是理论上的友谊……

这很重要。我们先来谈谈两者的区别，因为这种区别很重要。许多人认为神是他们的朋友，但他们不知道如何利用这份友谊。他们认为它是一种疏远而非亲近的关系。

更多的人甚至不认为我是他们的朋友。这才叫人伤心呢。许多人不把我当朋友，却把我当父亲—— 严厉、残忍、苛刻、易怒的父亲。这个父亲绝对不能容忍某些方面—— 比如说崇拜我的方式—— 的错误。

在这些人的想象中，我不仅要求你们供奉我，还要求你们采用特定的供奉方式。你们来找我是不够的。你们必须经由特定的方式来找我。你们要是采取别的方式，无论是什么方式，我将会拒绝你们的爱，忽略你们的诉求，而且还会把你们打入地狱。

哪怕我对你的追求是真诚的，哪怕我的动机是纯洁的，哪怕我已尽自己的所能去理解你？

是的，哪怕是这样，你也会被打入地狱。在这些人的想象中，我是个眼睛揉不进沙子的父亲，绝不允许你们对我的理解有一点偏差。

如果你们对我的理解是不正确的，我将会惩罚你们。尽管你的动机可能是纯洁的，尽管你心里可能洋溢着对我的爱，只要你们来找我时嘴唇呼唤了错误的名字，头脑想到了错误的观念，我依然会将你们丢进地狱之火，让你们承受无尽的折磨。

这样看你的人太多啦，真让人伤心。这根本不是朋友会做的事情嘛。

是啊，朋友不会这么做的。所以让神变成朋友，就像最好的朋友那样，接受你怀着爱给他的一切，原谅你做错的每件事，这种友谊是他们无法想象的。

至于那些确实把我当成朋友的人，你刚才说得很对，他们大多数离我远远的。他们和我的友谊并没有发挥实际作用。那是一种他们希望在万不得已时能够利用的、非常疏远的关系。但它本来应该是一种日日夜夜、时时刻刻都存在的、亲密的友谊。

请你告诉我们，要和你成为这种朋友，我们需要些什么。

思想的改变和心灵的改变。你们只需要这些。还有勇气。

勇气？

是的。拒绝所有认为神会拒绝你的观念、思想和教导。

那要非常勇敢才行，因为世人已经设法在你脑里灌注了诸如此类的观念、思想和教导。你必须采用全新的思想，这种思想和你原来听到的关于神的一切几乎完全相反。

那是很难做到的。对某些人来说，那是非常难以做到的。但你非做到不可，因为你无法和你害怕的人成为朋友，那种真正的、亲密的、有用的、相互帮助的朋友。

看来要和神成为朋友，我们必须治好我们的“恐神症”。

哇，我喜欢这个说法。你们的语言没有这个词汇，但我很喜欢它。

这么多年来，你们确实都患有“恐神症”。

我知道。我在本书的开篇解释过。从我还是小孩的时候起，人们就教我要害怕神。当初我是很害怕。有时我觉得不用怕，但又会被别人说服。

十九岁那年，我终于拒绝了青年时代的愤怒之神。但我的拒绝，并不是用一个慈爱之神来取代那个神，而是彻底地拒绝神的存在。你根本不是我生活的一部分。

这跟我在五年前的情况截然相反。那年我十四岁，日思夜想全都是神。我觉得要避免神发怒，最好的办法是让神爱上我。于是我梦想成为神职人员。

每个人都认为我将来会成为神父。学校的修女对此很有信心。“他有这个天赋，”她们说。我妈妈也很有信心。她曾看到我在厨房里搭起祭坛，披着“教袍”，假装正在做弥撒。其他孩子把浴巾当做超人的战袍穿在身上，从椅子上跳下来。我则把浴巾想象成我的教会服装。

后来，在我上教会小学的最后一年，我父亲突然终结了这一切。那天我们—— 妈妈和我—— 正在说起这件事，爸爸碰巧走进厨房。

“你不会去念神学院的，”他插嘴说，“所以别再想这回事了。”

“真的啊？”我脱口而出。我很震惊。我原本以为那是理所当然的事情。

“是的，”爸爸平静地说。

“为什么呢？”我问。妈妈默默无语地在旁边坐着。

“因为你还小，不能自己拿主意，”我父亲大声说，“你不懂你做出的是什么决定。”

“我懂，真的！我决定要成为一名神父，”我嚷了起来，“我想要成为神父。”

“你不知道你想要什么，”爸爸怒气冲冲地说，“你还小，不知道自己想要什么。”

妈妈终于开口说话了。“哎呀，阿历克斯，让孩子拥有他的梦想

吧。”

爸爸根本没听进去。“别怂恿他，”他用不容辩驳的口气说，然后又用他那种“讨论已经结束”的眼神盯着我，“你不会去上神学院。别再想这回事了。”

我冲出厨房，砰砰地从屋后的台阶冲进后院。我躲到我最爱的丁香树下，那棵树就种在院子末端的角落里，它不经常开花，每次的花期也不长。但那天正好繁花满树。我记得我嗅到那些紫色花朵不可思议的芬芳。我像公牛斐迪南那样把鼻子凑到花丛里。然后我放声大哭。

这可不是我父亲第一次扑灭我生命中的欢乐之光。

我曾经想过要当一名钢琴家。我说的是职业的钢琴家，就像黎伯雷斯，他是我儿时的偶像。我每个星期都看他在电视里表演。

他是密尔沃基人，城里每个人都很高兴一个本地的孩子变成大名人。那时并非每个家庭都有电视，至少密尔沃基南城的工人阶级家庭是这样—— 但幸运的是，爸爸设法买了一台十二英寸的艾默生黑白电视机，它圆鼓鼓的，看上去像一对括号。每个星期我都会坐在电视机前，如痴如醉地看着黎伯雷斯的笑脸，他摆在钢琴上的烛台，还有那些戴着许多戒指的手指飞快地敲击着琴键。

有人曾经说我有绝对音感。我不知道这是不是真的，但我确实能够轻而易举地用钢琴弹奏听过的简单乐曲，或者把它哼唱出来。每当妈妈带我们去外婆家，我会直接奔到那台贴着客厅墙壁的立式钢琴，弹起《玛丽有只小绵羊》或者《闪闪发亮的小星》。随便哪首新乐曲，我只要两分钟就能找准它的音调，然后一遍又一遍地演奏，从内心最深处为我弹出的音乐而激动。

在我人生中的这个阶段（以及随后许多年），我很爱戴我的长兄维恩，他弹钢琴时也不用看乐谱。

维恩是我妈妈和她前夫生的，我爸爸不是很喜欢他。其实这么说

有点轻描淡写。凡是维恩喜欢的，爸爸就讨厌；凡是维恩想做的，爸爸就反对。所以钢琴是“纨绔子弟”玩的。

我不明白他为何总是那么说。我很爱弹钢琴—— 可惜我只有到外婆家才有机会弹—— 妈妈和其他人都认为我特别有天赋。

后来某天，妈妈做了一件极其大胆的事。她去某个商店买回来一台旧的立式钢琴，也可能是打分类广告上的电话买的，我记不清了。我只记得她花了二十五美元（在五十年代初期，那可是一大笔钱）。爸爸显得很郁闷，妈妈说他没有资格郁闷，因为这笔钱是她省吃俭用好几个月攒起来的。她说她根本没影响到家人的生活。

她肯定是请卖家送货上门的，因为那天我放学回来，钢琴已经在家里。我高兴得忘乎所以，立刻坐下来弹奏。没隔多久，那台钢琴就变成我最好的朋友。我必定是南城唯一肯主动练习弹钢琴的十岁孩子。你无法让我离开那个家伙。我不但会弹各种熟悉的曲目，还会另创新曲呢！

在灵魂之内找到乐曲，并将它们在琴键上挥洒而出，这让我感到非常快乐。那时候，每天放学或者在外玩耍回到家里向钢琴飞奔过去是我最兴奋的时刻。

我父亲则非常不高兴。“别再猛敲那该死的钢琴！”我记得他总是这么说。但我爱上了音乐，也爱上了我作曲的能力。我越来越梦想有朝一日能成为伟大的钢琴家。

然后到了夏季某天，一阵可怕的噼里啪啦声将我吵醒。我匆忙套上衣服，跑到楼下看到底发生了什么事。

爸爸正在拆掉钢琴。

不是慢条斯理地卸，而是暴风骤雨地拆。拿着大铁锤砰砰地从里往外敲，再用撬棍死命地拉它，直到木板凸起，在可怕而刺耳的声音中裂开。

我登时呆住，彻底吓坏了。泪水夺眶而出。看到我情不自禁地浑身颤抖，默默流泪，我哥哥说：“尼尔是个哭鼻子大王。”爸爸停下他手上的事情，回过头来。“别哼哼唧唧的，”他说，“这东西太占地方。是时候把它处理掉啦。”

我转身跑进我的房间，砰地把门一甩（在我们家，小孩做这种事情会挨打的），猛扑到床上。我记得我当时号啕大哭—— 真的是号啕大哭—— “别这样，别这样……”，仿佛我伤心欲绝的哀求能够挽救我最好的朋友。但锤击声和撬动声继续响起，我把头埋在枕头下，酸楚地喘息着。

那种痛苦的感受依然栩栩如生，哪怕直到今天。

甚至直到此刻。

那天我拒绝从房间里走出来，我父亲不闻不问。但等到我接连三天不肯下床，他变得越来越生气。我听见他跟妈妈争吵，说不该送饭给我吃。他认为我要是想吃饭，就得跟大家一样，下楼到餐桌上吃。而且我要是下楼了，也不能阴着脸。阴着脸或者嘟着嘴在我们家是不允许的，至少不能是因为爸爸做出的决定。他把这种表现当成公开的挑衅，那是他万万不能容忍的。在我们家，你不仅要接受我父亲的专横，你接受时还得带着微笑。

“你再哭我就上来教训你，让你哭个够，”他在楼下咆哮说。这并不是说说而已。

尽管我父亲禁止我吃饭，我还是不走出房间，这时他肯定明白他对我造成的伤害已经超出他的想象。我想在这里说明的是，爸爸倒不是没良心的人，他只是向来习惯于唯我独尊。他不习惯受到质疑，也不习惯在宣布和执行他的决定时和颜悦色。在他长大的那个年代，当父亲和当“老板”差不多，他很难忍受我有任何叛逆的举动。

所以到最后他来我的房间，并亲手敲响房门—— 这表示他在请求我允许他进来—— 时，肯定是很难为情的。我想我母亲肯定费了好大

劲去劝说他。

“我是爸爸，”他大声说，好像我并不知道，好像他并不知道我知道。“我想跟你聊聊。”对他来说，这等于是在向我道歉了。

“好吧，”我勉强地说。于是他走了进来。

他坐在床边，我背靠床头板坐着，两个人聊了很久。那是我和爸爸之间最贴心的谈话之一。他说他虽然知道我喜欢弹琴，但没想到钢琴对我那么重要。他说他只是想让家庭房有更多的空间，好把我们的沙发贴着墙壁摆，因为我们的客厅要添置几件新家具。然后他说了一句我永远忘不了的话。

“我们会给你买新的钢琴，那种小型的立式钢琴，它占的地方不大，你可以把它摆在这儿，摆在你的卧室里。”

我兴奋得透不过气来。他说他已经开始存钱，我很快就能拥有那台钢琴。

我使劲抱着我爸爸很久。他到底是理解我的。那我就没什么好计较的了。

那天晚饭我是在楼下吃的。

几个星期过去了，仍是毫无动静。我想：“哦，他是在等我的生日。”

等到9月10日那天，依然没有钢琴。我什么也没说。我想：“他是在等圣诞节。”

12月渐渐接近，我开始很紧张。那种期待简直令人难以承受。所以当小钢琴并没有出现的时候，我感到难以置信的失望。

更多个星期过去，更多个月流逝。我不知道到底过了多久，我才明白父亲不会履行他的承诺。我只知道，直到三十岁那年，我才明白也许他本来就没想过要实现这个诺言。

当时我向我的长女许下一个明知不会履行的承诺。那是为了哄她别哭。至于幼小的她为了什么而伤心，我现在不记得了。我甚至不记得许下了什么诺言。我只记得说了几句安慰她的话。我说的话见效了。她伸手抱着我，哭着说：“你是全世界最好的爸爸！”

父亲的罪就这样落在儿子身上……

你花了好长时间来讲这个故事……

对不起，我……

别这样—— 那不是抱怨的意思，那是实话实说。我只是想指出，这件往事对你来说明显非常重要。

是的。是很重要。

你从中吸取了什么教训呢？

别许下无法实现的诺言。尤其是向我的子女。

还有吗？

别利用别人的需求来满足我自己的需求。

但人们总是彼此“交易”啊。这种交易是你们整个经济系统和大部分社会交往的基础。

是的，但有些是“公平交易”，有些是欺诈。

怎么区分呢？

公平交易是坦诚的交换。你有我想要的东西，我有你想要的东西，我们认为它们的价值大概是相等的，所以我们交易。这是干净的交换。

然后有些是剥削。假如你有我想要的东西，我有你想要的东西，但它们的价值并不相等。但我们还是进行交易了，我们当中有一方特

别想交易，因为他需要对方拥有的东西，愿意付出任何代价。这种交易就是剥削。有些跨国公司在马来西亚、印度尼西亚或者中国台湾提供时薪七十四美分的工作。他们美其名曰经济机会，但这其实是剥削，纯粹而彻底的剥削。

最后是欺诈。欺诈就是我根本不打算将我能提供的东西给你。有时候，有些人是下意识这么做的。那已经够坏的了。但最坏的是，有些人是故意的，他完全不准备履行他许下的承诺。这是一个圈套，一种花招，用来骗别人开口说话，或者让他们立刻安静下来。这是谎言，而且是最糟糕的谎言，因为被它抚慰的伤口终将被再次撕开，终将变得更深。

非常好。你越来越理解品德有多么重要了。品德对所有系统而言都是至关重要的。任何系统只要缺德，必定会自行崩溃。不管它的构造有多么复杂，缺乏品德它便无法持续下去。结合你说你想要达到的人生目标来看，这是很好的。

然而你还学到别的什么吗？

我不知道呀。你希望我还学到什么教训呢？

我希望你还学到那个关于受害者的道理。我希望你记得那个真相——人世间没有受害者，也没有迫害者。

这个啊。

是的，这个。你何不跟我说说你对这个道理的了解呢？现在你是导师啦，你是使者。

受害者或迫害者这种东西是不存在的。“好人”和“坏人”也是不存在的。神创造的皆是完美。每个灵魂都是完美、纯粹而美好的。它们寄居于地球，进入遗忘的状态。在这种状态里，神的完美生灵可能会做出不完美的事，或者我们所谓的不完美的事，然而生活中发生的一切，皆有其完美的理由。神的世界中没有错误，没有偶然发生的事情。也没有哪个来找你的人，手里没有拿着送给你的礼物。

真棒。你说得很好。

可是这个道理许多人难以接受。我知道你在《与神对话》三部曲中解释得很清楚，但有些人还是觉得很难理解。

所有道理都有变得清楚的时候。那些追求更深入地理解这个真相的人迟早会明白的。

去读《小灵魂和太阳》肯定有帮助，重读三部曲也是。

是的，从你收到的信来看，很多人会去读那几本书的。

且慢！你看过我的信？

拜托。

哦。

你认为你的生活中发生的事情还有我不知道的吗？

我想没有吧。只是想到这一点我不是很高兴。

为什么呢？

可能是因为我生活中有些事情我并不引以为荣吧。

所以想到你什么都知道，我就有点不舒服。

请告诉我原因。这些年来，你曾对你的好朋友说起一些不光彩的事情。你也曾在更深人静、促膝长谈的时候向你的爱人说起这些事。

那不同的。

不同在哪里？

爱人或者朋友又不是神。爱人或朋友知道这些事，跟神知道这些事是不同的。

为什么呢？

因为爱人或朋友不会审判你或者惩罚你。

我准备说几句你可能觉得不中听的话。这些年来，和我相比，你的爱人和朋友施加于你的审判和惩罚要多得多。实际上，我从来不曾那么做。

嗯，是还没有。但等到审判日……

你又来了。

好吧，好吧，但你再说一遍嘛。我想要再听你说。

审判日是子虚乌有的。

谴责和惩罚也永远不会有，对吧？

是的，除了那些你们施加在自己身上的谴责和惩罚。

即便如此，想到你知道我说过或者做过的一切……

……我还知道你想过的一切。

好吧，你知道我想过、说过和做过的一切，我就觉得不是很舒服。

我希望你会觉得舒服。

我知道。

这正是本书的目的所在——教你如何与神成为朋友。

我知道。现在我真的觉得我和你是朋友。我有这种感觉很久啦。只不过……

什么？只不过什么？

只不过我还是会落进旧的窠臼，有时候我很难把你当朋友看。我依然总是把你当成神。

那很好啊，因为我确实是神。

我知道。这正是关键所在。我无法同时把你当做“神”和“朋友”。我无法把这两个词汇放进同一个句子里。

真叫人伤心呀，因为它们其实属于同一个句子。

我知道，我知道，你总是这么说。

要和我成为真正的朋友，而非只是某种虚假的朋友，你需要付出什么呢？

我不知道。我不清楚。

我知道你不清楚，但如果你觉得你是清楚的，你会怎么回答呢？

我想我肯定要相信你吧。

很好。接着说。

我猜我肯定要爱你才行。

太棒啦。继续。

还要说啊？

是的。

我不知道还有什么好说的。

除了信任他们、爱他们，你还对你的朋友怎么样呢？

哦，我会努力多跟他们相处。

很好。还有吗？

我会努力替他们做一些事情。

用来换取他们的友谊吗？

不是啦，因为我是他们的朋友。

说得好。还有吗？

呃……不知道啊。

你会让他们替你做事情吗？

我会尽量不去麻烦他们。

为什么？

因为我想要他们继续做我的朋友。

你认为保持友谊意味着尽量不去麻烦朋友？

是的，我是这么想的。至少我受到的教育是这样的。最容易失去朋友的方法是勉强他们帮你做事情。

错啦，那是最容易发现谁是你朋友的方法。

也许吧。

不是也许。确实如此。朋友是不会觉得勉强的。觉得勉强的都是熟人。

哇，你这个定义太严格了。

这不是我的定义。这是你们自己的定义。只是你们忘记了而已。所以你们错误地理解了友谊。真正的友谊是可以被使用的。

它不像贵重的瓷器，你从来不会使用它，因为生怕将其打破。真正的友谊就像康宁餐具。无论用多少次，你都无法打破它。

我觉得这很难理解。

我知道，问题就在这里。所以你和我之间缺乏一种实用的友谊。

我要怎样才能理解呢？

你要看清所有交往的真相。你要理解事物的原理，以及人们做事情的原因。你要清楚地认识生活中的几道基本原则。

这正是本书的用意。我准备帮助你。

但我们离题万里啦。刚才你说的是人世间没有受害者，也没有迫害者。

我们没有跑题。我们谈论的还是相同的事情。

我不懂。

等等吧，你会懂的。

好吧。那么我如何成为神的朋友呢？

你对你的朋友都做些什么，照做就好啦。

相信你。

相信我。

爱你。

爱我。

多陪陪你。

多陪陪我。

替你做事情……不过我完全不知道我能替你做什么。

你能做的很多。相信我，真的很多。

好吧。最后一点……让你替我做事情。

不是“让”我。而是使唤我。要求我。

命令我。

命令你？

是的。

这点我也很难理解。我甚至无法想象我会那么做。

问题就出在这里，我的朋友。问题就出在这里。

# Chapter 04

在我看来，人们需要很大的胆量，才敢命令你做事。

我更喜欢“勇气”这个词。是的，我已经告诉过你，要与神拥有一份真正的、有用的友谊，你们需要思想的改变、心灵的改变，还有勇气。

我如何才能彻底重组我对神我关系的理解，乃至认识到我要求神做事是没问题的呢？

那不但没问题，而且是把事办成的最佳方法。

好吧，但我如何才能做到呢？我如何才能达到那个认识境界呢？

正如我刚才说过的，首先你要理解事物的原理。也就是说，要理解生活是如何运转的。但这个我们待会儿再谈。现在我先告诉你与神为友的七大步骤。

好啊，你说吧。

一、认识神。

二、相信神。

三、热爱神。

四、拥抱神。

五、利用神。

六、帮助神。

七、感谢神。

如果你想和某个人成为朋友，也可以把这七大步骤用在对方身上。

你真的会成为我的朋友吗？

会的。其实你曾无意地按这七个步骤走。如果你有意地使用这七步法，你可以跟任何你遇到的人成为朋友。

要是在年轻时我能学到这七步法就好啦。那时我很不会跟人交往。我哥哥结识朋友向来轻而易举，我就不行。所以我试图把他的朋友变成我的朋友。这让他觉得很难受，因为我总是想去他要去的地方，想做他要做的事。

等到上高中之后，我培养了各种爱好。我依然热爱音乐，所以我加入了仪仗队、合唱团和交响乐团。我加入了摄影俱乐部、学校年鉴编辑组，也是校报的记者。我参加了戏剧俱乐部、国际象棋俱乐部，也许最值得一提的是，还有辩论队—— 我们辩论队可是拿过冠军的。

高中是我的播音生涯的起点。本地有家广播电台打算每天晚上开播高中体育新闻，在学生中招募播音员。当时我已经是我们学校所有橄榄球和篮球比赛的主持人，所以顺理成章地以我们学校的代表入选了。这是我第一次接触广播，自此开始了长达三十五年的播音生涯。

尽管如此，尽管参加了这么多社团（或许正是因为这样），我仍然没有交到许多朋友。我很清楚这种情况很大程度上是由于我的个性太过傲慢自大。小时候，父亲总是让我“乖乖的别吵”，我由此产生了逆反心理，再加上我向来有点喜欢炫耀，所以养成了这样的性格。当年我恐怕是很讨人厌的，高中的同学没几个受得了我。

现在我知道那是怎么回事了。我想从别人那里得到我父亲没有给我的称许。爸爸非常吝于赞美我。我记得那次我拿了辩论赛的冠军，把奖杯带回家。我父亲唯一的话是：“这有什么好大惊小怪的。”

如果连一个冠军都不能换来父亲的赞扬，那么你肯定很难有良好的自我感觉。（他那句话最令我伤心的地方在于，我知道他觉得那已

经是称赞。）

所以我养成了习惯，总是告诉父亲所有我正在做的事情，所有我取得的成就，希望有朝一日能听到他说：“真是不敢相信啊，儿子。恭喜你。我为你而骄傲。”我从来没有听到这句话—— 所以我开始希望从别人口中听到。

时至今日，我还是没能改掉这个习惯。我有意抑制它，但改不掉。更糟糕的是，我自己的子女很可能会告诉你，我对他们的成就也是如此不以为然。正所谓父亲的罪会落在儿子身上……

看来你是真的有“父亲问题”，对吧？

是吗？我以前没想到这就是父亲问题。

怪不得你很难接受我对你的一切无所不知。怪不得你根本无法理解神这个概念。

谁说我无法理解神这个概念？

你就认了吧，没关系的。地球上过半的人有这个问题，而且原因大抵是相同的：他们把神当做“父母”。他们以为我就像他们的母亲或者父亲。

大家都管你叫“天父”啊。

是的，这称谓不知道是谁捏造的，他应该感到很惭愧。

我相信是耶稣。

不是的。耶稣只是使用了他那个时代的说法和语言—— 就像你写这几本书一样。把神当做父亲这种观念不是他杜撰的。

是吗？

父权制度以及父系宗教的确立早在耶稣出现之前。

那么你不是“我们在天国的父亲”？

对的，我不是。我也不是你们在天国的母亲。

好吧，那你到底是谁呢？几千年来，我们一直想弄清楚这个问题。你为什么非要为难我们不可，而不是干脆说出答案呢！

问题在于你们总是将我拟人化，而我并不是人。

我知道。我想大多数人都知道。但有时候，把你当成人是有帮助的。这样我们和你的关系可以更加亲近。

真的可以吗？这是问题所在。你们做到了吗？我看未必。

我想说的是，如果继续把我当做父母，你们的苦日子还长着呢。

你这不是空言恫吓吧。

当然不是。

好吧，假如我们不应把你视为父母，那应该把你当成什么呢？

当成朋友。

“我们在天国的朋友”？

正是。

老兄，你这句话会让很多基督教徒侧目的。

是的，也可能会让他们深思。

不过要是我们大家真的能够把你当做朋友，而不是父母，那么有些人和你的关系也许会变得更加亲近。

你是说有朝一日他们会不介意我知道他们的朋友和恋人知道的事情吗？

是啊。

你是怎么想的呢？你想要和神交朋友吗？

我觉得我和你已经是朋友啦。

是的，无论从前还是现在，我们都是朋友。但你并没有在行动中展现出来。从你的表现来看，我好像是你的父母。

好吧，我准备改掉。我准备和你拥有一段完全能发挥作用的友谊。

太好啦。接下来我会教你怎么做。接下来我会教全人类如何成为神的朋友……

# Chapter 05

首先，你必须认识我。

我想我是认识你的。

勉强算吧。你对我的认识还不够深入。我们有过很好的对话，但还是不够。

那好。我如何才能更好地认识你呢？

意愿。

意愿？

你必须有真实的意愿。你必须愿意在你发现我的地方看到我，而不仅仅是在你想要发现我的地方看到我。

你必须在你发现我的地方看到我，并且在你看到我的地方发现我。

我不懂这是什么意思。

许多人看见我，但没有发现我。这就像宇宙版的“寻找瓦多”游戏。我就在人们的眼皮底下，但他们没有发现我。

但我们怎能确定认出的就是你呢？

你选择的词汇非常棒。“认出”就是“再次认识”。也就是重新认识。

你们必须重新认识我。

怎样才能做到呢？

首先，你们必须相信我存在。虽然都是认识神的工具，但信仰排在意愿之前。你们必须相信有个神可供认识。

绝大多数人相信神。许多调查表明，近些年来我们星球上相信神的人其实越来越多。

是的，绝大部分人确实相信我，这让我很高兴。所以问题不在于你们是否相信我，而在于你们相信的是什么样的我。

你们相信我并不想要你们认识我。有些人甚至相信你们不能说出我的名字。有些说英语的人觉得他们不应该写God这个单词，应该敬畏地写成G—D。此外也有人说，你们可以随便呼唤我的名字，但必须是正确的名字，如果弄错了，你们将会犯下亵渎神的罪行。

但你们叫我耶和华也好，叫我佛陀、神、安拉或者查理也好，我仍是我，我就是我，老天在上，我真的不会因为你们说错了我的名字就不再爱你们。

所以你们可以别再为如何称呼我而争论不休了。

那是很可悲的，对吧？

这话可是你说的，它反映了一种判断。我只是实话实说。

有些宗教倒是不争论怎样称呼我，但连它们也认为过分地追求对神的理解是不明智的。

所以，虽然相信神是必须的，但相信什么样的神也很重要。

接下来就是意愿啦。你们不仅必须相信神才能认识我，还必须愿意真正地认识我—— 而非仅是认识你们心目中的我。

如果你们心目中的我让你们不可能认识真实的我，那么世界上有再多的宗教信仰也没有用。你们将会继续认识你们以为你们认识的，永远认识不到真实的情况。

你们必须愿意搁置你们原来对神的认识，才能认识到你们从未想象过的神。

这正是关键所在，因为你们关于神的想象，有许多是和实际情况完全不符的。

我如何才能达到这种境界呢？

你已经到达了，否则就不会把时间花在这本书上。现在你只要拓展这种经验。去接受有关我的新观念和新的可能性。如果我是你最好的朋友，而不是你的“父亲”，想想你会跟我说什么，会要求我做什么！

为了认识神，你必须“有准备、有意愿和有能力”。信仰神是起点。所谓“有准备”，就是你要相信某种更高的力量，相信某种神圣的东西。

接下来，你要放开胸怀去接受关于神的新观念，一些以前你从未想过的观点，一些甚至会让你感到震撼的观念，比如神是“我们在天国的朋友”。这表示你“有意愿”。

最后你还必须“有能力”。如果你接受了新的观念，却不能以新的眼光看到神，那么你将会彻底失去真正认识神的机会。

你必须有能力拥抱一位会无条件地爱你、拥抱你的神，有能力欢迎一位会不加任何刁难地欢迎你进入天国的神，有能力停止自我惩罚因为你已认识到有一位神永远不会惩罚你，有能力去对话一位从不停止和你对话的神。

所有这些都是激进的观点。各种宗教真的会将它们贬为异端邪说。所以最讽刺的是，你必须放弃宗教才能认识神。毫无疑问，你至少必须放弃某些宗教的教诲。因为各种宗教会告诉你，神是你无法认识的，你不能和神成为朋友。哪个朋友会因为你做错事而惩罚你呢？又有哪个朋友会仅仅由于你喊错他的名字而认为你有罪呢？

在我的《与神对话》里，你跟我说的许多话都有悖于我原来对你的想象。

我知道你是信神的，否则你永远不会开始与神对话。所以你已经“有准备”和我成为朋友，但你“有意愿”吗？我发现你有—— 因为这种意愿需要很大的勇气，你已经展现出那样的勇气，因为你不仅探索了各种另类的、非传统的观点，你还将它们公之于众。因而，你的对话不仅让你探索了这些观点，也带动数百万人和你一起进行探索。他们这么做，是因为看了你已出版的那三本书（世界各地都有人如饥似渴地阅读它们）之后深有同感。这个现象表明广大人民群众现在也有意愿了。

现在你有能力认识我，从而不只是与神对话，还能够与神为友吗？

能啊，因为我已经顺利地抛弃关于你的旧观点，接受你在《与神对话》三部曲中给我的新观点。其实坦白说，那些观点有许多是我原来就有的。

从这层意义上而言，《与神对话》三部曲与其说是一种启示，倒不如说是一种肯定。

过去五年的读者来信告诉我，成千上万的人也有相同的感觉。我想趁此机会，讲讲《与神对话》问世的故事。

我刚写《与神对话》的时候，并没有想过要出版。这和我目前在写的《与神为友》不同。对话刚开始时，我完全没想到它会被印成书。我只知道那是一个私下的过程，别人永远不会获悉。

那个过程始于1992年2月的某个晚上，当时我正处在罹患慢性抑郁症的边缘。我在生活中事事不如意。我的婚姻已告终结，我的事业陷入停顿，甚至连我的健康也在恶化。

以前我通常会遇到这样或那样的问题，可当初是各个方面同时不顺心。眼看整个生活就要崩溃，我却束手无策。

那并非我第一次绝望地目睹原本以为会天长地久的关系在我面前分崩离析。

那也不是第二次、第三次或者第四次。

我没有能力维持婚姻关系，也完全不知道该如何才能维持，因为我所做的一切统统没拥有。我为此感到非常恼火。

慢慢地，我觉得自己根本没有游戏人生的本领，于是怒火越烧越旺。

我的事业也好不到哪里去。生意日渐萧条，门可罗雀，而长达三十五年的播音和记者生涯带来的收入微薄得可怜。我已经四十八岁，在这个星球接近半个世纪却仍一事无成。

我的健康也毫不意外地开始走下坡路。我的脖子在几年前的车祸中断过，尚未彻底康复。在此之前，我得过气胸、胃溃疡、关节炎和几种严重的过敏症。四十八岁的我觉得自己的身体就要垮了。所以在1992年2月的某个夜晚，我满腔愤怒地醒来。

翻来覆去的我想要再次入睡，可是心里极其沮丧。最后我掀开被子，怒气冲冲地走出卧室。我直奔冰箱而去，这是每当我在半夜想要平息情绪时会去的地方。但那天晚上冰箱里没什么好吃的，所以我木然地坐到沙发上。

我就坐在那里自怨自艾。

最后，在透过窗户照射进来的月光中，我看到面前咖啡桌上有本黄色的便笺。我拿起它，找来钢笔，打开台灯，开始写一封愤怒的信给神。

要怎样才能获得成功？我究竟做错了什么，活该过着这样潦倒凄凉的人生？难道生活这场游戏有什么规则吗？有没有人告诉我啊！我愿意玩下去，但首先得有人告诉我规则。你告诉我之后，请别再更改！

我就这样不停地写啊写，龙飞凤舞地在便笺上乱涂—— 我写的字很大，而且由于我很生气，所以写的时候特别用力，如果有人拿起我写的那张纸下面的第五页对着光看，恐怕也能看清我写的内容。

后来我的情绪发泄完了。愤怒、沮丧和近乎歇斯底里的怨气消失了；我记得我当时在想，这方法我一定要告诉我的朋友。没想到深夜的一本黄色便笺竟然是消愁解闷的灵丹妙药。

我伸出手，想把钢笔放下，但它不肯离开我的手。真奇怪，我心里想。这才写了几分钟的字，手就僵硬成这样，都没法把笔松开了。

我想等肌肉放松，但手还是僵住，感觉好像还有什么东西要写似的。我看着自己把钢笔收回到纸上，心里感到十分惊奇，因为我实在不知道还要写些什么。然而我却表现得似乎还没写完。

钢笔一碰到便笺，我脑海里立刻出现一个念头。那个念头是我听到的，有个声音在对我说话。那是我听过最轻微、最和蔼、最温柔的声音。但其实它不是声音。它是……我只能称之为无声之声，或者毋宁说是一种写满了字的感受。

我以这种方式“听到”的字句是：

你真的想知道所有这些问题的答案吗？或者只是在发泄而已？

我记得当时我想：我是在发泄，但如果这些问题有答案，我当然愿意知道，就算他妈的下地狱也愿意！这句话得到的回答是：

看来你愿意为许多事情……下地狱呢。可是难道“上天堂”不更好吗？

我发现我自己是这样回答的：这句话他妈的是什么意思？

接下来出现的思维、观点、交流是我经验过最非凡的。那些思维极其震撼，乃至我情不自禁地把它们写出来—— 并且对它们做出回应。而那些我得到的观点解答了我的疑惑，但它们也带来其他我从未

想过的问题。所以当晚我展开了一场笔和纸的“对话”。

这场对话持续了三个小时，不知不觉间已到早上七点半，新的一天又开始了，我这才推开钢笔和便笺。这段经验很有趣，但我没有想太多—— 直到隔夜我从酣睡中醒来，那是凌晨四点二十分。我醒得很突然，就好像有人走进房间把电灯打开似的。我在床上坐起来，完全不知道怎么回事，只感到一阵冲动，想要起床去拿那本黄色便笺。

依旧不知道发生了什么事、怎么会这样的我跌跌撞撞地在家里寻找便笺，拿到之后再次坐在客厅的沙发上。我又开始写字—— 紧接着上次搁笔之处，不停地提出问题，不停地得到答案。

时至今日，我仍然不清楚是什么促使我写下那些字，并且把写好的东西保存起来。也许我是把它当做笔记或者特殊的日记吧。我没想过有朝一日它会出成书，更没想到从东京到多伦多、从旧金山到圣保罗都有它的读者。

在对话的过程中，那声音确实说过：“这将来会变成一本书。”但我心里想：“做梦吧你，会把半夜睡不着乱写的东西寄给出版社的人不知道有多少，谁会稀罕出这样的东西啊。”第一次对话持续了一年—— 我每周至少有三个晚上在黑暗中被唤醒。

别人最经常问我的问题是，我是什么时候确定、什么时候知道是神在跟我说话？刚开始的几个星期，我不知道如何看待我遇到的这件事。起初我有点以为我只是在自说自话。后来我又怀疑，正在回答我的疑问的，难道就是我听说每个人都有的、所谓的“高级自我”？但最终我不得不抛弃自我审判和对遭到讥讽的害怕，准确地按照它的本质，将其称为“与神对话”。

做出这个决定的那天晚上，我听到这句话：“十大戒律是子虚乌有的。”

当时《与神对话·第一卷》的初稿我已写了将近一半，我正在探讨通往神的道路，以及哪条路才是正确的。我想知道我们是否只有“做

个好人”才能上天堂，或者可以为所欲为，根本不会遭到神的惩罚。

“是秉持传统的价值观，”我问，“还是随机应变、率性而为？哪个是对的呢？是信奉十大戒律，还是大光明七阶？”

听到十大戒律并不存在这个答案时，我不由瞠目结舌。让我更加吃惊不已的是随后的解释。

神确实曾经对摩西说过十句话，但它们却不是“戒律”。我得知它们其实是神和人类做出的“约定”，我们赖以判断是否已走上回归神的道路。

这和该书前面的内容全不相同。这是石破天惊的信息。此前我在对话中听到的话，我知道有些是原来听其他导师说过的，或者曾经在某本书上看到。但这些关于十大戒律的说法太过惊人，我知道我前所未闻。再者，这些观点有悖于我在这方面受到的教育和有过的思考。

几年之后，东海岸某个名牌大学的神学教授给我写信，他说这是过去三百年公开发表的十大戒条释义中最有创见的；他还说，虽然他不完全赞同《与神对话》三部曲的说法，但在接下来许多个学期，这三本书将会成为丰富的材料，以供他的神学研究班进行严肃的争辩和讨论。可是当时不用神学教授给我写信，我也知道我听到的话非常特殊—— 而且有着非常特殊的来源。

我开始认为那来源就是神。自那以后，我的想法从未变过。实际上，那套长达八百页的对话录随后的内容—— 包括第三卷中有关宇宙中高度进化生灵的非凡描述，和第二卷中有关如何在地球上建立新社会的纲领—— 只让我的想法变得更加坚定。

你这么说我非常高兴。你提到我们这段对话很有意思，因为这正是上次我谈到如何认识神的段落。

正是在那个部分，我说过：“若想真正地认识神，你必须超越你的精神。”

当时我说，要来找我，请经由你的心灵的道路，别通过精神的旅途。在你的精神中，你将永远找不到我。

换言之，如果你对我想得太多，你将无法真正地认识我。那是因为你的思维所包含的，无非是你关于神的成见。然而真实的我不会在你的成见中被找到，而只能在你当前的经验中被发现。

你不妨这么想：你的精神收纳着过去，你的身体囊括着现在，你的灵魂包容着未来。

换种说法就是，精神分析和记忆，身体经验和感受，灵魂观察和认识。

如果你想要获悉你对神的记忆，请看你的精神。如果你想要得知你对神的感受，请看你的身体。如果你想知晓你对神的认识，请看你的灵魂。

你把我搞糊涂了。我认为感受是灵魂的语言。

是的。然而你的灵魂通过你的身体说话，你的身体则让你在此时此地经验到你的真相。无论你想要认识哪方面的真相，只要看看你的感受。与你的身体进行对照是认识真相的最快方法。

我明白。我管这种方法叫“胃检验”。美国人有句谚语叫“胃知道答案”。

这是事实。你的胃确实是非常好的晴雨表。所以你若是想了解你的灵魂对未来的认识，包括你将来对神会有各种什么样的经验，就得倾听你的身体，听听它此刻正在对你说些什么。

你的灵魂认识一切，它认识过去、现在和未来。它认识你的身份，和你的理想身份。它认识我，因为它就是我最接近你的组成部分。

哇，这个说法真好。“灵魂是神最接近你的组成部分”。这句话太

棒啦！

它也是一句真话。所以若要认识我，你只需要真正地认识你自己的灵魂。

要和神成为朋友，我只需要和我的自我成为朋友。

正是如此。

听起来很简单啊。哪有这么好的事呢。

真的有，相信我。但这并不简单。认识你的自我并不简单，和你的自我成为朋友就更难啦，否则你早就做到了。

你能帮帮我吗？

我正在教你呢。我准备引领你回到你的自我……从而引领你回到我。将来你为别人做这件事。你将会让别人找到他们的自我，进而让他们找到我。因为你若是找到你的自我，就能找到我。我向来处在那里，将来也会处在那里。

我如何才能和我的自我成为朋友呢？

要认识你的真实身份。要清楚哪些不属于你的身份。

我觉得我其实已经和我的自我成为朋友了。我很喜欢我！也许太过喜欢了。正如我早前讲过的，如果说我这人性格有什么问题的话，那就是自我感觉太过良好。

自我感觉良好并非喜欢自己的表现，其实恰恰相反。

如果人们经常“自吹自擂”和“炫耀显摆”，那就有问题了：他们身上有什么地方让他们觉得特别讨厌，乃至他们非得让别人喜欢他们自己才能心安理得？

哇，你这句话戳到我的痛处了。

刺痛你的话往往都是真话。

这是成长的痛苦，我的孩子。这是没问题的。

那么你是认为我确实非常不喜欢我自己，所以试图用别人对我的爱来取代我缺乏的自爱咯？

这只有你自己才知道。然而说你自我感觉太过良好的人是你。我只是如实地指出，真正的自爱促使本我消失，而不是使它变得更强大。换句话说，你越是了解你的真实身份，你就越不会自大。

当你彻底认识你的真实身份，你的本我就会彻底消失。

可是本我就是我对自己的感知啊，对吧？

不对。你的本我是你心目中的自己。那和你的真实身份毫无关系。

前面你说过有本我意识是没问题的，这不是自相矛盾吗？

有本我意识确实是没问题的。实际上，这是非常没问题的，因为你必须有“本我”意识，才能拥有你现在的经验，才能把自己想象成相对世界里一个独立的实体。

好吧，我现在彻底被你搞糊涂了。

没关系。糊涂是通往智慧的第一步。愚蠢是认为你拥有全部答案。

你能帮我解释吗？有本我意识到底好还是不好？

这是个大问题。

你进入相对世界—— 我称之为相对领域—— 是为了经验你在绝对领域无法经验的东西。你想要经验的是你的真实身份。在绝对领域，你能够认识到它，但你无法予以经验。你的灵魂的渴望是通过经

验认识其自身。你在绝对领域无法经验到你的身份的任何属性，原因在于这个领域里没有非你的属性。

绝对就是绝对。它是一切的一切，是起点和终点，没有处于中间的东西。“绝对性”没有程度高低之分。事物的差异唯独存在于相对领域。

我创造相对领域，是为了让你能够通过经验认识到你的自我的辉煌。在绝对领域，除了辉煌别无所有，所以辉煌是不存在的。也就是说，它是无法被经验的，是无法通过经验得到认识的，因为既然缺乏不辉煌的东西，谁也没有办法去经验辉煌。实际上，你和万物是一体。这正是你的辉煌之处！然而，当你和万物合一时，你无法认识和万物合一的辉煌，因为别的东西并不存在，所以和万物合一没有意义。在你的经验中，你只是“你”，你并没有经验到你的辉煌之处。

你要经验到和万物合一的辉煌，唯一的办法是进入某种使得不和万物合一成为可能的状态或境况。然而由于绝对领域—— 终极实在—— 里万物皆是一体，不和万物合一的东西是不可能存在的。

但是，不和万物合一的幻象却并非不可能存在。于是，为了创造出这种幻象，相对领域就被创造出来了。它就像《爱丽丝漫游仙境记》里的世界，在这样的世界中，事物的本质和表象是不同的，事物往往和其表象相反。

你的本我是用来创造这种幻象的主要器械。它是那种容许你想象你和其他人分离的工具。它是你认为你是个体的部分。

你并非个体，然而你必须被个体化，才能理解和欣赏整体的经验。所以从这种意义上来说，拥有本我意识是“好”的。结合你要做的事情来看，它是“好”的。

然而本我意识太过强烈—— 结合你要做的事情来看—— 是“不好”的。这是因为，你要做的事情是利用分离的幻象来更好地理解和欣赏一体的经验，而一体就是你的真实身份。

假如本我意识变得非常大，乃至你看到的只有孤立的自我，那么你经验到统一的自我的机会便会消失。你将会彻底迷失在你幻想出来的世界里，也可能许多辈子都迷失在那个幻象之中，直到你终于带领你的自我走出它，或者有别人—— 别的灵魂—— 将你拉出来。这正是“引领你回到你的自我”的意思。各种基督教流派的“救世主”也是这个意思。这些教派所犯的唯一错误，在于宣布它们的宗教是“获救”的唯一途径，从而再次加强了幻象—— 那种它们想要将你从中拯救出来的幻象！

所以你问拥有本我意识是好还是不好，这是个非常大的问题。好与坏完全取决于你要做的事情。

如果你把本我当做工具，用于最终经验唯一的实在，那么它就是好的。如果本我变成障碍，阻拦你去经验那种实在，那么它就是不好的。只要它妨碍你从事你来这里要做的事情，它就是“不好”的。

然而你来这里到底要做什么，你永远可以自由选择。如果你发现不去经验你的自我是一体的组成部分让你感到很快乐，那么你可以不必拥有那种经验。唯有受够了分离，受够了幻象，受够了孤寂和痛苦，你才会寻找道路回家，然后你将会发现我就在那里—— 我一直都在。

以各种各样的方式。

哇，真是有问必答！

你问的是神啊。

是的，我知道。我的意思是，你好像根本不用停下来思考嘛。

是啊，答案就在我的舌尖上。我想补充的是，它也在你的舌尖上。

这话怎么说？

我是说，我并没有隐藏这些答案。从来没有。所有生活问题的答案其实都在你的舌尖上。

这是“你说什么，就是什么”这句老话的另一种说法。

好吧，那照你这么说，假如我说你说的一切都是废话，那么你刚才告诉我的就都不是真话。

这是真话。

不，那不是真话。

我是说，你说那不是真话是真话。

但如果我说你说的一切不是真话，那么你说那不是真话也不是真话。

这是真话。

也可能不是。

也可能不是。

你看到啦，你正在创造你自己的实在。

那是你说的。

对的。

但如果我不相信你说的话……

……那你将不会在你的实在中经验到它。但你要注意这个封闭的循环—— 因为如果你不相信你的实在是你自己创造的，那么你将会经验到你的实在不是你创造的……而这恰好证明你的实在是你自己创造的。

老兄啊，我感觉我好像正处在一个四面墙壁都是镜子的房间里。

确实是，我的乖孩子。从许多方面而言都是如此。因为你看到的每样事物，都无非是你的镜像。假如生活之镜向你展现出扭曲的景象，那是因为你扭曲了你对自己的看法。

这让我想起了我们这通胡扯之前的话题。

这不是胡扯，我的孩子，只是通向相同终点的不同路径。

刚才我问你的是，我如何能够和我自己成为朋友。你说我只有认识自己的灵魂才能认识神，只有和自己成为朋友才能和神成为朋友。接着我问你如何才能做到。我觉得我和自己已经有一份友谊啦。

有些人是这样，但有些人不是。对有些人来说，双方顶多有一份停战协议。

你刚才说我的自大表明我并不喜欢自己，这也许是真的。我会仔细想想的。

自大的人并非彻底不喜欢自己。他们只是不喜欢自己身上某些地方，所以试图通过别人喜欢他们来寻找心理平衡。当然，他们不会把他们不喜欢的地方展现给别人，除非双方的关系已经亲密到非展现不可。假如他们确实展现了，并且别人表现得很吃惊，甚至很抗拒，那么他们就会更加认为那些地方确实是不讨人喜欢的—— 整个循环会继续下去。

这是个非常复杂的过程，你每天都经历着的。

你应该去当心理学家。

心理学是我发明的啊。

我知道。我只是开个玩笑。

我知道。你知道吗，一个人开玩笑往往意味着他很……

别说啦！

没问题。不说了。我只是开个玩笑。

你让我忍俊不禁。你知道吗？

我让你忍俊不禁？你才让我忍俊不禁呢。

这正是我喜欢的，一个有幽默感的神。

笑口常开对灵魂有好处。

我非常赞成你的看法。但我们可以回到那个问题吗？我如何能够和自己成为朋友？

要弄清楚你的真实身份，以及哪些不属于你的身份。

一旦你认识你的真实身份，你就会爱上你的自我。

一旦你爱上你的自我，你就会爱上我。

我怎样弄明白我的身份是什么和不是什么呢？

首先让我们来弄清楚什么不属于你的身份，因为这是最大的问题所在。

好啊，我不是什么呢？

我最想告诉你的是，你不是你的过去。你不是你的昨天。

你不是你昨天做的事，不是你昨天说的话，也不是你昨天有过的念头。

许多人想要你认为你是你的昨天。实际上，有些人非要这么认为。他们会这么做，是因为只要你继续以那种面目出现，他们就能得到许多好处。首先，这样一来，他们对你的看法就是“对”的。其次，他们可以“依赖”你。

假如别人把你当成“坏人”，他们不希望你改变，因为他们想要他

们对你的看法依旧是“对”的。这样他们就能为他们对待你的方式找到合理的借口。

假如别人把你视为“好人”，他们不希望你改变，因为他们想要可以继续“依赖”你。这样他们就能为他们对你的期望找到合理的借口。

我想邀请你做的事情是，请你活在此刻。在每个此刻创造新的自我。

这让你能够不再认为你的自我就是你原来关于你的看法—— 这里面有很大一部分是建立在别人对你的看法之上的。

我怎能忘记我的过去呢？别人对我的看法至少有一部分是基于他们过去对我—— 和我的行为—— 的经验啊。我该怎么办呢？只要忘记我做过那些事吗？假装它们并不重要？

都不是啦。

别试图忘记你的过去，要设法改变你的未来。

忘记过去是最糟糕的事情。假如你忘记过去，你就会忘记它曾带给你的一切，而它给你的全都是礼物。

也别假装过去并不重要。相反地，要承认过去确实很重要—— 恰恰是因为它很重要，你才会决定不再重复以前的某些行为。

然而，一旦你做出这种决定之后，请放下你的过去。放下它不等于忘记它。那等于别再执着，别再牢牢地抓住它，仿佛一松手就会被水淹死。你会沉溺在水里，恰恰是因为紧抓着它不放。

别再用你的过去来让你继续漂浮在自我定义的海洋上。抛开这些陈旧的木头，畅游到新的海洋去。

即使对那些过去非常美好的人来说，死抓着过去不放，仿佛那就是他们的身份也是没有帮助的。这叫做“躺在桂冠上休息”，没有什么比这更能让人在成长的道路上裹足不前。

你既不该安躺在桂冠上休息，也不该寄居在失败中苦恼。你应该从头来过，在每个金色的此刻重新开始。

但我如何能够改变那些已经成为习惯的行为，或者已经深入骨髓的性格呢？

你只要问自己一个简单的问题：这符合我的身份吗？

这将会是你向自己提出的问题中最重要的。在生活中做出每个决定—— 从该穿哪件衣服，到该做哪份工作，再到是否要结婚—— 的前前后后，提出这个问题也许会给你带来很多好处。当你撞见你自己正在做着你不想继续的行为时，它当然是你应该自问的关键问题。

这就能改变经年累月养成的性格或行为？

试试看吧。

好吧，我试试看。

很好。

确定我不是什么之后，将我自己从我的过去解放出来之后，我怎样发现我的身份呢？

那并不是一个发现的过程，那是一个创造的过程。你无法“发现”你的身份，因为当你确定你的身份时，你应该从零开始。在确定你的身份时，你不要以你的发现为基础，而是要以你的喜好为基础。

别成为你曾经想要成为的人，要成为你现在希望成为的人。

这是很大的区别。

这是你生活中最大的区别。到目前为止，你一直都在努力“成为”你曾经想要成为的人。从现在开始，你将会成为你最崇高愿望的产物。

我真的能有那么大的改变吗？

当然能啊。但你要记住：改变并非为了让神接受你。在神的眼里，现在的你完全是可以接受的。你改变，只是因为你选择改变，你选择去实现你对自我的新期许。

最完美地实现我曾有过的对自我最伟大的期许。

正是如此。

像“这符合我的身份吗”这么简单的问题就会让我达到那个境界？

会啊，也可能不会。但它是非常、非常强大的工具。它能让你脱胎换骨。

说它强大，是因为它给正在发生的事情提供了一个参照系。它让你明白你正在做的事情。我观察到许多人并不清楚他们正在做什么。

你是什么意思呢？那你说他们在做什么呢？

他们正在创造他们自己。许多人并不明白这个道理。他们没有看到这就是正在发生的事情，这就是他们正在做的事情。他们并不知道这其实是所有生活的目标。

因为不明白这个道理，他们没有意识到每个决定是多么重要，是多么有影响。

你所做的每个决定——任何决定——都不是要做什么事情的决定。那是你要做什么人的决定。

当你明白这个道理，当你理解它，一切都会改变。你会开始以新的方式看待生活。所有事件、事情和境遇变成你实现来到人世的目标的良机。

我们来到这里是有使命的，对吧……

是啊。这是毫无疑问的。你的灵魂的目标是宣称和公布、成为和表达、经验和实现你的真实身份。

那是什么？

你说什么就是什么！你所过的生活就是你的宣言。你的选择定义着你。

每个行动都是自我定义的行动。

所以没错，那个简单的八字句能够改变你的生活。因为那个问题，如果你记得提出来的话，会把正在发生的事情放进一个新的背景，一个更为宏大的背景。

在做决定的时候提出来更是如此。

没有哪个时刻不是“做决定的时候”。你总是在做决定，无时无刻在做。没有哪个时刻是你不做决定的。哪怕当你入睡时，你也在做决定。（实际上，有些最大的决定是你在入睡时做出的。而有些人虽然看上去像是清醒的，但其实正在睡觉。）

有人曾经说过，我们这个星球上有很多梦游者。

这句话离真相不是很远。

看来那是个神奇的问题咯？

那是个神奇的问题。那八个字的问题。

其实神奇的问题有两个。若是在正确的时候被提出来，这两个问题能促使你以你无法想象的速度在你自己的进化之路上前进。这两个问题是：

这符合我的身份吗？

现在爱会怎么做呢？

只要在做出关键决定时提出这两个问题，你将会从新福音的学生变成新福音的导师。

新福音？那是什么？

耐心点，我的朋友。时候未到。在谈论那个之前，我们还有很多话要说。

那我能最后一次回到愧疚这个话题吗？有些人做过的事情极其可怕—— 比如说杀人，或者强奸妇女，或者虐待儿童—— 乃至他们完全无法原谅自己，这些人怎么办呢？

我想再次声明的是，他们在过去所做的事，并不是他们现在的身份。也许别人以为那就是他们的身份，也许甚至连他们也以为那就是他们的身份，但那不是他们的真实身份。

但这些人绝大多数听不进这句话。他们内心太过愧疚，也许还为命运的摆弄感到痛苦。有些人甚至害怕他们会重蹈覆辙。所以他们认为他们的生活是毫无希望的，是毫无意义的。

没有毫无意义的生活！我想告诉你的是，没有毫无希望的生活。

害怕和愧疚是人类仅有的敌人。

你以前跟我说过这句话。

我想再告诉你一次。害怕和愧疚是你们仅有的敌人。

只要你们放下害怕，害怕将会放下你们。只要你们放过愧疚，愧疚将会放过你们。

我们怎能做到呢？我们怎能放下害怕和愧疚呢？

只要决定放下就可以。那是一个随心的决定，完全以个人喜好为基础。你只要改变你对自己的看法，以及你感受生活的方式。

就像哈利·帕尔默所说的："只要一个决定就能改变人们的主意。"

即使杀人犯也可以回心转意。即使强奸犯也可以重新做人。即使虐童者也可以洗心革面。这只需要他们在心灵、灵魂和精神深处做出决定：这不符合我的身份。

这对我们任何人都适用吗？无论我们做过的坏事是大是小？

这对你们所有人都适用。

可是如果我犯下不可原谅的大错，我如何能够原谅自己？

不可原谅的东西是不存在的。没有任何罪行严重到我会拒绝原谅它。哪怕人类最严厉的宗教也传授这个道理。

这些宗教也许在救赎的方式上有争议，也许在救赎的道路上有争议，但他们全都同意的是，这样的方式和道路是有的。

那种方式是什么呢？如果连我自己都认为我的过错是不可原谅的，我如何能够补赎呢？

在你称为死亡的时刻，你自然会得到补赎的机会。

英文中的补赎是atonement，将其拆开就是at — one — ment（成为一体）。所以你必须明白，所谓补赎就是意识到你和所有其他人是一体。那就是明白你和万物—— 包括我—— 是合一的。

死亡之后，当你和你的肉体分开之后，你将会立刻拥有—— 忆起—— 这种经验。

所有灵魂都以最有意思的方式经验到他们的"合一"。它们将得到机会再次经历它们刚完成的人生的每个时刻—— 不仅是从它们的角度去经验它，而且也从所有受该时刻影响的人的角度去经验它。它们将会重新思考每个思维，重新说出每句话，重新做出每件事，去经验那对每个受牵涉的人的影响，仿佛它们是别人一样—— 而它们确实就是别人。

它们将会经验地认识到它们的身份。在这个时刻，“我们所有人是一体”这句话不再是概念，它将会变成经验。

那简直是人间地狱嘛。我记得你在《与神对话》里说过地狱这种东西是不存在的。

让你们承受无尽的折磨和诅咒的地方并不存在，那是你们的神学理论杜撰出来的。但你们—— 你们所有人—— 将会经验到你们的选择和决定造成的影响、后果和结局。然而这关乎成长，而非“公义”。这是进化的过程，而非神的“惩罚”。

在你进行“人生回顾”—— 有些人这么称呼它—— 过程中，你不会受到任何人的审判，而只是有机会去经验你的整体在生活的每时每刻所经验到的东西，而非你那寄居在当前肉身中的个体所经验到的东西。

原来如此。但听起来好像还是会很痛苦。

不会的。你经验到的不是痛苦，而是觉悟。你将会深深地理解、深深地省悟每个时刻的总体和它蕴含的意义。然而这不会令你痛苦，这会让你进入光明的境界。

那不是“哎呀”，而是“哈哈”咯？

正是如此。

可是如果没有痛苦，我们如何“偿还”那些我们伤过的心灵和我们造成的损失呢？

神感兴趣的不是让你们偿还。神感兴趣的是让你们前进。

你们踏上的是进化的旅程，而非通往地狱的道路。

觉悟，而非报复，才是目标。

神没有兴趣追债。神只想让我们发财！

这个说法不错。非常不错。

嗯，我觉得现在保持轻松的心情是很重要的。我在愧疚中挣扎了许多年，有些人认为你应该永远愧疚下去。但愧疚和后悔不是相同的东西。因为我不再为某件事愧疚不等于我不再为它感到后悔。后悔是有建设性的，而愧疚只有破坏性。

完全正确。你说得非常好。

摆脱愧疚之后，我们就可以，正如你说的，在生活的道路上前进。我们可以让我们的生活变得更有价值。

然后我们就能够再次和我们自己成为朋友—— 然后我们就可以和你成为朋友。

你们确实可以。你们将会再次和你们的自我成为朋友。你们将会爱上你们的自我，只要你们明白并且终于承认你们的真实身份。

当你们认识你们的自我，你们将会认识我。

如何与神建立真实而且能发挥实际作用的友谊的第一步到此结束。

是的。

我希望它就像你说的那么简单。

就是这么简单。相信我。

# Chapter 06

这是第二步，对吧？

是的，这一步很艰巨。

是很艰巨，因为我不知道我能不能相信你。

谢谢你这么诚实。

我真的很抱歉。

别抱歉。诚实没什么好抱歉的。

我不是为我说的话而道歉。我道歉是因为它可能会让你伤心。

你无法让我伤心。这正是关键所在。

我无法让你伤心？

是的。

哪怕我做出某些可怕的事情？

哪怕你做出某些可怕的事情。

你不会感到难过并因此惩罚我？

不会。

那意味着我可以到外面去为所欲为。

你向来可以那么做啊。

是的，但我不想那么做。我不敢为所欲为，是因为我害怕受到惩罚。

你必须害怕神才不敢做“坏事”吗？

有时候是这样的。有时候，当我受到非常强烈的引诱，确实只有对身后事的害怕，为我的不朽灵魂感到害怕，才能阻止我。

真的啊？你是说你曾经起意想做一些非常可怕的事情，乃至你认为要是做了你就会失去你的不朽灵魂吗？

嗯，是的，我能记得的有一次。

那是什么？

就在这里？你想要我就在这里，对着神和每个人说出来？

你真可爱。

是的，说吧。告解对灵魂有好处。

好吧，既然你非知道不可。那是自杀。

你曾经想过自杀？

有一次我很认真地考虑自杀。你别大惊小怪啦。你知道的。阻止我自杀的人正是你。

我是怀着爱而非怕去阻止你的。

当时我确实有点害怕的。

是吗？

我害怕我结束自己的生命之后不知道会遇到什么事情。

所以我们开始了我们的对话。

是的。

现在，写完三本《与神对话》之后，你还害怕我吗？

不啦。

很好。

有时也怕的。

那是什么时候？

在我不相信你的时候。有时候我不敢相信这真的是你在跟我说话，更不敢相信你许下的这些美好承诺。

你仍然不相信正在和你说话的是神？老兄，这会让你的读者觉得很有意思的。

毕竟我是凡人而已啊。我相信他们知道我是凡人。

是的，但我觉得他们会认为你清楚地知道某些事情—— 至少你应该坚定地相信正在和你对话的确实是神。

我是很坚定啊。

这样比较好。

有时候也不是很坚定啦。

那是什么时候？

每当我觉得我不能相信你对我说的话时。

什么话会让你这么想？

那些美好得让我不敢相信的话。

我明白了。

我很害怕。假如这不是真的呢？假如这全是我编造的呢？假如我是在创造一个我让他说什么他就说什么的神呢？假如你只是在说些中

听的话，让我能够心安理得地继续我的行为呢？那可怎么办？按照你的说法，我想做什么都可以，完全不会受到惩罚。无需焦虑，无需忧愁，无需烦恼。死后无需还债。真是活见鬼啦，这样的神谁不想要呢？

你显然不想要。

可是我想要啊—— 只是有时候不想要。

那是什么时候？

当我害怕的时候。当我认为我不能相信你的时候。

你害怕你会遇到什么下场呢？

你是说，如果我相信你说的这些话，但结果你不是真正的神吗？

是啊。

我怕神会把我丢进地狱。

为什么？你不就进行了一场幻想出来的对话吗？就为这个？

因为我否定了唯一的真神，还引领别人这么做。因为我告诉别人他们无论做什么都不会有报应，从而促使有些人去做他们本来不敢做的事，因为他们现在不害怕你了。

你真的认为你的影响力有这么大吗？

没有啦，我是认为别人很容易受影响。

那他们为什么没有受到那些说应该害怕神的人影响，从而停止自我毁灭的行为呢？

嗯？

宗教已经存在上千年，它总是说，如果人们不以这样或那样的方

式信仰我，如果人们不停止某些行为，我就会把他们打入地狱。

我知道。这我知道。

很好。那么你看到那些行为被阻止了吗？

没有，完全没有。人类和过去一样，仍然在自相残杀。

实际上你们自相残杀的速度比以前更快了，因为你们现在拥有大规模杀伤性武器。

现在我们相互虐待的残忍程度也不比以前低。

我观察到的情况也是如此。所以你怎么会认为，有着数百年——其实是上千年—— 历史的宗教都不能轻易地影响人们，而你竟然能够轻易地影响人们，还要为他们的行为负起个人责任呢？

我不知道。我只是觉得我需要静下心来思考，才不至于做出过激的行为。

为什么呢？你害怕你会做出什么过激行为呢？

我会站到最高的屋顶，大声宣布我终于找到一位我能热爱的神！我会邀请每个人来和我的神相会，像我这样认识他！我会和我遇到的每个人分享我对你的了解！我会让你们不再害怕你，从而不再相互害怕！我会让他们不再害怕死亡！

你觉得神会因此惩罚你？

嗯，假如我误解了你，你会的。无论神是你是他或者它，都会惩罚我的。

我不会的啦。哎呀，尼尔啊尼尔……假如你最大的罪行是把神描绘得太过可爱，假如你非得继续相信一个会赏善罚恶的神，我认为你会得到他的原谅。

要是人们因为我而做了诸如杀人、强奸、说谎这样的坏事呢？

那么由古至今所有曾从口头或书面上反对当时通行信仰系统的哲学家同样必须为人类的一切行为负责。

也许他们确实是有罪的。

这就是你想要相信的神吗？这就是你选择的神吗？

这不是选择不选择的问题。我们又不是卖神的超市。在这个问题上我们没有选择。神就是神，我们最好正确地理解这个问题，否则就会被直接打入地狱。

你相信这种说法吗？

不信。但有时候会信。

那是什么时候呢？

当我不相信你的时候。有时候我不相信神是善良的，不相信神的爱是无条件的。我觉得我们，地球上的所有人，都是一位差劲之神的孩子。

这种情况经常出现吗？你经常有这种感觉吗？

没有啦。老实讲，不是很经常。我以前倒是常这样。老兄，以前我真的经常有这样的感觉！但自从我们开始对话之后就没有啦。我改变了我对很多事物的看法。好吧，其实不是改变我的看法。实际上，我只是放任自己去相信我内心深处一直以来所认识的、所想相信的神。

自那以后你感觉很糟糕吗？

糟糕？没有啦，自那以后我感觉非常良好。我的整个生活发生了变化。我重新相信你是善良的，所以，我重新相信我自己是善良的。因为我相信你会原谅我做过的一切，我原谅了我自己。因为我不再相

信我会由于某个原因在某日某地受到神的惩罚，我停止了惩罚我自己。

喏，有些人说，不相信神会施加惩罚是很糟糕的。然而在我看来，这个信念带来的只有好处，因为如果我要做出某些有价值的事情，哪怕我只是在监狱里劝说狱友别再伤害其他人或者别再继续伤害他自己，我首先必须原谅我自己，不再惩罚我自己。

说得好。你领悟啦。

我确实领悟了。真的领悟了。我没有忘记你在《与神对话》三部曲里对我说过的话。我现在只是需要一件工具。一件让我终于能够和你成为真正的朋友的工具。

我会给你这些工具的，就在这本书里面。

是的，你会给的。甚至在我求之前，你便已回应。

向来如此。

向来如此。那么请告诉我，我如何学会信任？

只要别不信任就可以。

我要通过别不信任来学会信任？

是的。

我不懂。

如果我不想要、不需要你的东西，你觉得我还需要相信你吗？

不需要吧。

你说对了。

看来最高的信任是不需要信任？

你又说对了。

但我怎样才能达到那种无求于你的境界呢？

要意识到你想要的东西已经是你的。无论你需要什么东西，它都已经属于你。甚至在你求之前，我便已回应。因此，索求是没有必要的。

因为我无需索求我已拥有的东西。

正是如此。

但如果我已经拥有它，为什么还会觉得我需要它呢？

因为你没有认识到你已经拥有它。这是个觉悟问题。

你是说如果我感觉我需要某样东西，那么我确实需要，对吗？

你会认为你需要。

但如果我相信神会满足我所有的需求，那我就不会“认为我需要”。

这种说法是正确的。这正是信仰的力量如此强大的原因所在。如果你坚定地相信你所有的需求永远会得到满足，那么准确地说，你根本就没有需求。这当然是真相，而且将会变成你的经验，所以你的信仰将会被“证实”。你只要改变你的觉悟就可以。

我的期待即是我的所得？

差不多是这样。可是真正的大师生活在期待的界域之外。除了“出现”在他面前的东西，他从不期待什么，也从不渴望什么。

为什么呢？

因为他已经知道他拥有一切。所以他快乐地接受在特定时刻出现的东西，那无论是什么，都是一切的一部分。

他知道一切是完美的，生活完美地展现其自身。

在这样的前提下，相信是不必要的。

或者可以这么说，“信任”变成了“认识”。

是的。人们对一切事物的觉悟可以分为三个层次。它们是希望、信念和认识。

当你拥有对某样事物的“希望”，你会希望它是真实的，或者它将会发生。但你不能确定。

当你拥有对某样事物的“信念”，你会认为它是真实的，或者它将会发生。你还是不能确定，但你认为这是确定的，而且你会继续这么想，直到有些相反的东西出现于你的实在。

当你拥有对某样事物的“认识”，你清楚地知道它是真实的，或者它将会发生。你已经确定，而且也将会继续确定，哪怕有些相反的东西出现于你的实在。

你不根据表象进行判断，因为你认识真相。

所以我可以通过认识到我无需相信你来学会如何相信你！

这么说是正确的。你要认识到完美的事情即将发生。

不是某件特定的事情即将发生，而是完美的事情即将发生。不是你喜欢的事情即将发生，而是完美的事情即将发生。当你达到大师境界，这两种事情就会合而为一。某件事情正在发生，而你喜欢的是这件事情，而不是其他。正是这种对正在发生的事情的喜欢促使事情变得完美。这就是所谓的“放下执念，立地成神”。

大师永远喜欢当下的境遇。当你总是喜欢正在发生的事情，你也将会达到大师的境界。

可是……可是……这根本就是没有任何好恶啊！我记得你以前总

是说："你的生活沿着你为它设定的目标前进。"如果你毫无好恶，这怎么可能呢？

要有目标，但别有期待，当然也别有要求。别痴迷于得到特定的结果。甚至别喜欢任何结果。将你的痴迷升华为喜好，将你的喜好升华为接受。

这是通往和平之路。这是达到大师境界的途径。

有个伟大的导师和作家叫做肯·凯斯，他曾在那本叫做《高级意识手册》的杰作中谈到这个观点。

是的。他在那本书中提出的理论是非常重要的，对很多人来说是石破天惊的。

他提到将痴迷改为喜好。他本人已经学会如何做到，因为他的大半生是在轮椅上度过的，胸部以下无法动弹。要是"痴迷"于有更强大的活动能力，他将永远找不到让自己快乐的方式。但他慢慢意识到，幸福的来源不是外在世界，而是内心的决定—— 我们选择以什么样的方式去经验外界。

这是他的作品的核心思想，不过他的著作很少提起他有这种身体障碍。所以当他被邀请去讲课的时候，人们看到他其实浑身不能动，只能坐在轮椅上，往往会大吃一惊。他的文章充满太多爱和生活的欢乐，乃至人们以为他拥有一切他想要的东西。

他确实拥有一切他想要的东西！但最后这五个字蕴含着巨大的秘密。生活的秘密不是拥有一切你想要的东西，而是想要一切你拥有的东西。

这句话是从约翰·格雷那里借来的。

约翰是个很棒的作家，这是毫无疑问的，但你觉得"借用"这句话的人是谁呢？这些思想是我给他的，就好像我点拨过肯·凯斯那样。

他现在和你在一起啦。

是的，我想补充的是，他已经摆脱了轮椅。

太让人高兴啦！他大半生在轮椅上度过，这太可惜了。

这并不可惜！这是一种光荣！肯·凯斯因为坐轮椅而改变了数百万人的生活。那可是数百万人的生活啊。这一点我们千万别搞错。肯的生活是光荣的，其中的每种境况也是。那种生活提供了合适而完美的人物、地点和事件，为那个自称肯·凯斯的灵魂制造了它渴望的、早就想要的经验和表现。

每个人的生活都是如此。倒霉这种东西是不存在的，碰巧发生也是不存在的，宇宙间没有偶然，神从不犯错。

也就是说，一切事物的本来面目就是完美的。

正是。

哪怕有些事物看上去并不完美？

当它们看上去不完美时，那就更是如此。那是一个明确的信号，提醒你有些重要的东西正在等待你忆起。

你是说我们应该为各种悲惨遭遇而心怀感激咯？

感恩是见效最快的灵丹妙药。

厌即是恋。感恩即是灵药。

我曾对你说过：

我派到人间的，都是天使。

现在我愿意补充一句：

我送给你们的，都是奇迹。

战争是奇迹吗？犯罪是奇迹吗？瘟疫和疾病是奇迹吗？

你以为呢？如果让你来回答这些问题，你会怎么说呢？

你的意思是，如果我是你，我会说些什么吗？

是的。

我会这么说……和生活本身相同，生活中的每个事件都是奇迹。生活的功用是为你的灵魂提供完美的工具、完美的遭际和完美的环境，让它能够领悟和经验、宣称和公布、实现和成为你的真实身份。因此，不要审判，不要指责。要热爱你的敌人，要拥抱生活里的每个时刻和每种境况，把它们当做珍宝，当做完美的造物主送给你的完美礼物。

我会这么说……要追求后果和结局，但别需要它们。

你说得很好啊，我的朋友。你正在变成一位使者，就像肯·凯斯那样。但我们先回头来谈谈肯·凯斯的教诲，因为他曾经说：将你的痴迷升华为喜好。现在你要传授的道理是：甚至连喜好都别有。

我来啊？

是的。

什么时候呢？

现在啊。去传授这个道理吧。如果你要传授它，你会说些什么呢？

你的意思是，如果我是你，我会说些什么吗？

是的。

我会这么说……如果需要某个特定的结果才会快乐，那就是痴迷。如果只是渴望某个特定的结果，那就是喜好。如果无所谓喜好，

那就是接受。如果你能接受一切，你就达到了大师的境界。

很好。你说得非常好。

但我有个问题。确定目标不就等于宣布喜好吗？

完全不是。你可以定下某个你并不喜好的目标。实际上，你有喜好意味着你向宇宙宣称别的结果是可能出现的。神并不想象这样的事情，所以神从来没有喜好。

你是说地球上发生的每件事其实都是神想要它发生的吗？

否则它能发生吗？你以为违背神的意愿的事能够发生吗？

你都这么问了，答案肯定是不能啦。可是当我看到世界历史上发生过那么多恐怖的事情，我很难相信神会想要这些事情发生。

我的目标是让你们去选择你们自己的后果，去创造和经验你们自己的实在。你们的历史记录的是你们曾经想要做的事，而你们想做的事，就是我想做的事，因为我们之间并没有分别。

我可不觉得人类历史上发生的每件事情—— 或者哪怕是我自己生活中发生的每件事情—— 都是原定的目标。我觉得有许多事情应该被称为计划外后果。

没有计划外的后果，不过有许多是预期之外的后果。

一件事如果在计划之内，那它怎么可能在预期之外呢？反过来说，一件事如果在预期之外，它怎么可能在计划之内呢？

在灵魂的层面上，你的目标永远是制造出完美地反映你当前的进化状态的后果，以便你能够经验到你的身份。

这个结果也能完美地促进你向更高的境界进发，以便你能够获得你的理想身份。

别忘了，生活的目标是不断地重新创造你的自我，以便最完美地实现你对自己曾有过的最远大期许。

这句话我哪怕睡着也能背出来。

那很有意思，因为睡着也能背出来，那肯定意味着你现在终于醒了。

你脑筋转得很快啊。这句话真让人料想不到。

生活也是这样的，我的朋友。生活也是让人料想不到的。

那么，我们在这里学到什么知识呢？你忆起什么道理呢？

正在发生的事情总是我想要它发生的，但正在发生的事情未必是我预料到它要发生的。可是这怎么可能呢？

因为有时候你不是很清楚你想要的是什么。

你是说我以为我想要某样东西，但其实我真正想要的是另外一样吗？

正是如此。在身体的层面上，你认为你要的是某种特定的结果，但在灵魂的层面上，你要的是另外一种。

老兄，这真让人抓狂！如果我正在我无法接触到的意识层面创造我的实在，那我怎么可能知道该期待些什么啊？

是不可能。所以有句话叫做“别怀着期待去生活”。所以我才会告诉你，要在每种际遇与境况、在任何后果或结局的表象中看到完美。

你在《与神对话》里确实说过这些话。

既然现在你也许对这个道理有了更深刻的理解，我们不妨来简单地谈谈经验的三个层次—— 超意识、意识和次意识。

在超意识这种经验层次，你认识和创造你的实在，同时完全清楚

你正在做什么。这是灵魂的境界。你们大多数人并没有清楚地意识到你们的超意识目标，也有些人清楚地意识到了。

在意识这种经验层次，你认识和创造你的实在，同时有点清楚你正在做什么。至于有多清楚，那要看你的“意识境界”。这是物质的层次。当你专注于灵性的道路，你在生活中会致力于提高你的意识境界，或者扩大你在物质世界中的经验，以此来囊括和包容一个你认识的更大实在。

在次意识这种经验层次，你既不认识，也不有意识地创造你的实在。你次意识地进行创造—— 也就是说，你根本不知道自己正在做这样的事情，更不知道为什么要做。这种经验层次并不糟糕，所以别审判它。它是一种恩赐，因为它让你能够自动地去做某些事情，比如长头发、眨眼睛或者心跳动—— 或者突然间创造出问题的解决方法。然而，如果你不清楚你选择了生活中哪些部分来予以自动地创造，你可能会把你自己想象成生活的“后果”，而不是原因。你甚至可能把自己当成受害者。因此，清楚你选择忽略了哪些东西是很重要的。

等到后面，在这本对话录的结尾，我会再次跟你谈起意识，各种不同的意识层次，以及它们制造的经验如何让你们达到所谓的光明境界。

有办法让超意识、意识、次意识三个层次的目标同时保持一致吗？

有啊。这种三合一的意识可以被称为顶级意识。你们有些人称之为“基督意识”或者“高级意识”。它是完全整合的意识。

若是达到这种境界，你的创造力就会被彻底激发。三种意识层次合而为一。这时候你是所谓的“通盘掌握”了。但其实不仅如此，因为整体大于部分的总和，这是适用于一切事物的道理。

顶级意识不仅仅是超意识、意识和次意识的混合物。它是这三者混合而后升华的结果。到时你将会进入此在的状态。这种此在是你内

心创造力的终极来源。

那么对有着“高级意识”的人来说，后果和结局永远是他们想要的，从不曾出乎他们的意料？

是的，是这样的。

而人们对结果出现的意外程度，直接反映了他们感知经验的意识层次。

完全正确。

因此，大师总是认可结果，哪怕它显得并不好，因为他知道这结果肯定是他在某个层次上想要的。

现在你懂啦。你开始理解这个非常复杂的道理啦。

也正是因为这个原因，大师才认为一切都是完美的！

太棒了！你领悟啦！

大师也许未必清楚结果是哪个层次想要的。然而她从不怀疑结果是她在某个层次上促成的。

正是。

所以大师从来不会审判别的人、别的地方或者别的事。大师知道结果正是他造成的。他明白他在某种层次上创造了他正在经验的东西。

是的。

如果他不喜欢他创造的东西，让其改变是他的事情。

是的。

这个过程中没有谴责。其实你谴责某样东西，就是让它保持不

变。

这也是个非常复杂的道理。你对它的理解是完美的。

就算我不理解它，我的不理解也是完美的。

确实如此。

无论在什么时候，我们所有人所处的地方对我们来说都是完美的。

正是——否则你们就不会在那里。

我们不需要别的东西，只需要此时此刻拥有的东西和经验，便能够进化。

你又说对啦。

如果我们不需要任何东西，我们就不必非相信神不可。

是的，我刚才也是这么说的。

如果我们不必非相信神不可，那么我们其实是可以相信神的。因为如此一来，信任并不意味着我们相信神会给我们某个特定的结果，而是意味着我们认识到无论什么结果都符合我们的最高利益。

你的理解很完整，太棒啦！

这个道理的美妙之处在于，无需特定的结果能够让你的次意识不再纠缠于你为何不能拥有某个特定结果，从而为得到某个你有意识地想要的结果开辟了道路。

是的！你就可以自动地去做更多事情。当你遇到棘手的事情，你自动认为它会顺利得到完成。当你面对艰难的局面，你自动认识到它将会得到处理。当你遇到问题，你自动明白已经有人替你解决——自动地。

你已经次意识地创造了这些结果。许多事情开始自动地发生，似乎完全无需你费心。许多事物开始向你走来，而不再是让你苦苦追逐着它们。

这种变化是不知不觉间发生的。你对你的真实身份，以及你能够获得的身份、能够做到的事情、能够拥有的东西有着许多负面、自灭志气和自我否定的想法，这些想法是在次意识层次上得到的，同样道理，它们也在次意识层面上消失。

你不知道你拾起这些想法的原因和时间，你也不会知道你放弃这些想法的原因和时间。生活只是突然间为你而改变。你有意识地想起某个念头和它在你的实在中显露的时间间隔变得越来越短。到最后，这种时间间隔将会彻底消失，你将能够即时地创造结果。

实际上我根本没有创造什么结果，我只是意识到它们已经存在。一切都已经被创造，我正在经验的结果，是我根据我的理解和领悟而选择的。

我发现你现在是使者啦。你是带来消息的人，而不是寻找消息的人。现在你能够讲述整套宇宙理论。你最后那句话甚至包含了关于时间的真相。

是的。我们所理解的时间是不存在的。宇宙唯有一个时刻，那就是永恒的此刻。所有曾经发生、正在发生和将会发生的事情，无不在此时此刻发生着。正如你在《与神对话·第三卷》里解释的，宇宙就像一个巨大的电脑光盘。每一种可能出现的结果已经被“写入”光盘。我们经验到的后果是我们做出的选择制造的—— 就像在电脑上下棋。电脑的所有走法都已经存在。你经验的结果取决于你选中的走法。

这是个很好的比喻，它能让人们更快地明白。不过它也有个缺点。

什么缺点？

它把生活比喻成游戏。听起来好像我什么事都不做，就只玩弄你

们似的。

是的。我收到许多人的来信，他们对这个比喻很生气。他们说，如果《与神对话》里关于时间和空间的说法是真的，那他们感到非常失望。既然所有话都已被说出，所有事都已被完成，我们无非是棋子而已，被神自得其乐地在生活的棋盘上摆来摆去。他们不是很高兴。

你认为我是那种神吗？因为你知道吗，如果你认为我是，你看的我就是那种神。几千年来，人类对神有各种各样的想法，于是看到各种各样的我。这是关于神的最大秘密：

你认为我是什么样，我就会以什么样出现在你面前。

哇！

确实没想到，对吧？你把神当成什么，神就是什么。你把我当成什么呢？

我把你当成一位让我有能力去创造我选择的经验并给我许多工具去那么做的神。

这些工具中最有用的是你和神的友谊。这个你要相信我。

我相信的。我相信你。因为我已经明白我不是非得相信你不可。生活的过程是自在的。我无需信任，只需认识。

正是如此。

# Chapter 07

我以前不是这样的。我是说，以前我不必先听一大通解释才肯相信别人。其实在年轻的时候，我总是相信一切都是没问题的。

我是个非常乐观的人。乐观得简直有点盲目。考虑到我从小就很害怕神，这种精神状态就显得更加盲目了。但我当时就是那样的。小时候，我总是“知道”我能够得偿所愿—— 而且也总是如此。我想补充的是，我通常不用费很大力气。这真的让我哥哥感到郁闷，他常常大声地抱怨“尼尔运气真好”。有一次我无意间听到我爸爸回答他的抱怨。他说：“尼尔的运气是他自己争取到的。”

他说得没错。部分原因正在于我的父母。母亲灌输给我对生活的热爱和创新的能力，父亲则教会我自信。无论我遇到什么棘手的事情，他总是会问：“你不尝试的话，怎么能处理好呢？”

大概在我十五岁那年，他还说了一句我永远忘不了的话。“儿子啊，”他说，“做事情没有‘正确的方法’。只有你做这件事的方法。让你的方法成为正确的方法。”

“这要怎样才能做得到呢？”我问。他回答说：“你做到不就做到了。”三十五年后，耐克公司将这个干净利落的哲理化为四个字的宣传语。

想做就做。

正如我早前说过的，上高中时我做了许多事情。虽然那些课外活动让我非常忙碌，我喜欢的课程我还是学得很好，比如说英语课、演讲课、政治科学课、音乐课和外语课。有些课程我觉得很无趣，比如说生物课、代数课和几何课，那就只能勉强考个及格。但密尔沃基的威斯康辛大学还是录取我了，让我试读。

我读的时间不长。才三个学期，男生部主任就要求我退学，但我

没有太难过。那时我很烦学校的生活，迫不及待地想要进入广播行业。

从大学败走之后，父亲对我说：“好吧，儿子，你要靠自己啦。我能为你做的都已做了，但你想要走你的路。”

我心里有点惶恐，但也兴奋得难以抑制。之前我已经免费替某家刚开播的小型调频电台做过一些播音工作。爸爸松口之后，我斗志昂扬地走进另一家较有名气的调频电台的总经理办公室，大胆地对他说他应该聘用我。

拉里·拉鲁把头一仰，哈哈大笑地说：“我为什么要那样做呢？”

我面不改色。

“因为我的播音比你手下任何人都出色。”

拉里收起了笑声，但脸上依然带着笑意。

“孩子，”他说，“我喜欢你。”接着他用意第绪语说：“你特别自信。”（当时我听不懂这句话，心里还在想：“这是表扬的话吗？”）

“我告诉你，”他身体前倾，坐着的轮椅嘎吱嘎吱响，“今晚八点你到这里来，我会让值夜班的人教你怎么做。你九点开始播音。我会听到。如果九点半我还没打电话给你，你就滚出去，永远不要让我再见到你。”

他笑得像个老顽童。

“行，没问题，”我高兴地说，伸出手去和他握手。然后我又说：“晚上等你的电话。”我若无其事地走出去，可是在停车场差点把午饭都吐出来。

当天晚上拿起麦克风时，我仍然忐忑不安。我犹豫地说出“您正在收听的是××电台”，随即播起了音乐。放过几首歌后，时间来到九点二十八分。电话没来，我非常沮丧，准备让平常值夜班那家伙来

接替我。正在我收拾东西的时候，他把头探进房间。

“老板打电话找你，”他说完就走了。我拿起听筒。

“你被聘用啦，”拉里鼻音很重地说，“主持到十一点。明天九点到我办公室。”

我永远不会忘记拉里·拉鲁曾给我这个机会。换了别的人，我可能会被轰出去。多年以后，我当上巴尔的摩某个广播电台的节目主管；惦记着这份恩情的我坚持一个原则：永远给孩子机会。我将其称为拉鲁原则。

有许多希望得到机会进入这个行业的孩子前来敲我的门。我没办法像拉里那样让他们直接到播音室主持节目（我们是大城市的大电台，担不起这个风险），但我总是请他们到办公室来，用心地去听他们的录音带。当我觉得他们有些地方需要提高，我也会提供建议。不过我从来没有当场拍板聘请他们。我觉得广播业的好时光已经过去。现在当然也是如此。你再也不能仅仅通过展示自己的才华就得到聘任。今天无论哪个行业，你都得削尖了脑袋才能钻入。我这个年纪的人也许是能够从侧门走进去的最后一代人。我们现在需要更多的岗位来让孩子们锻炼他们的技能。今天二十到二十五岁的年轻人所背负的成功压力真的太大了。

更糟糕的是，和以前相比，现在年轻人的知识更加贫乏。这是我想要讨论的问题。我在密尔沃基南部高中接受的教育，大概等于今天社区大学毕业生受过的教育—— 那还得他运气好才行。

你们必须改进你们的教育系统，在学校里重新唤起求知欲和学习的欢乐。我提过一些非凡的建议，教你们怎么做，就在《与神对话·第二卷》里。这里我就不重复啦。我宁愿你们去复习那些建议，并将其付诸实践。

将其付诸实践？

生活是一个重新创造的过程。神邀请你们推动这个世界去最完美

地重新创造你们对“学校”曾有过的最远大的期许。

光是重新创造学校也不够啊。我们需要搞清楚的是，假如我们放任孩子每周花二十小时看电视，再花二十小时玩电子游戏，那么我们将无法让他们养成热爱思考和主动学习的习惯。那样孩子学不到多少东西。

谁说的，那样孩子学到的东西可多啦。他们将会学到如何追求即时的满足，如何期待所有生活问题会在二十八分半钟之内自行解决，如何在无法立刻化解难题时用暴力来发泄他们的挫败感。

娱乐业的高级管理人员则认为，年轻人的暴力行为不能归咎于电视、电影和视频光盘，哪怕它们之中有些是很血腥。

以五十万美元的价格销售超级碗 [1] 广告，并宣称他们能够在六十秒内影响人们行为的，也是这些高级管理人员吧？

嗯，是的。

那我明白了。

但光是电子游戏也不能让小孩对死亡和暴力变得无动于衷吧。小孩子知道那“只是游戏而已”。

你知道有些警校和军校用什么来教学生如何做到手眼协调和不动感情地杀人吗？

电子游戏吗？

我只是提出问题。答案你自己去找。但你能想出其他更快、更有效的教学工具吗？

哎，老兄啊，我或许不应该把这些写下来。

为什么呢？

人们不希望我评论社会问题，他们更不希望你这么做。这是关于神的书，神不应该对当前的社会问题有看法。

你是说神不应对现实生活发表看法？

我说的是社会和政治问题啦。你应该只关注灵性问题，我也是这样。

有比如何阻止你们的孩子自相残杀更重要的灵性问题吗？你需要重新进哥伦比亚高中念书才能明白现在这个问题真的很严重吗？

我们知道确实有问题，只是不知道该如何解决它。

你们其实知道如何解决它。你们只是不愿意去解决。

首先，请花更多时间陪你们的孩子。别从他们十一岁起就不闻不问。要关心他们的生活，参与他们的生活。跟他们的老师聊天。和他们的朋友交朋友。以身作则地影响他们。真正地进入他们的生活。别让他们从你们身边溜走。

其次，要在他们的生活中立场鲜明地反对暴力，以及各种血腥的角色形象。影像确实有教导作用。实际上，和文字相比，影像的教导生效更快，影响更深。

催促那些负责重述你们的文化故事的人（电影制片人、电视节目制作者、电子游戏生产商和其他影像产品—— 包括漫画书和游戏卡—— 制造商）创造新的文化故事，灌输新的伦理—— 非暴力的伦理。

第三，竭尽你们的所能，别让儿童和青少年接触各种暴力的器械和暴力的工具。不要让他们能够轻而易举地得到这些东西。

最重要的是，要让暴力从你们的生活中消失。你们是孩子最大的榜样。如果他们看到你们使用暴力，他们就会使用暴力。

这岂非意味着我们不能打孩子的屁股？

你们找不到其他办法来教育那些你们口口声声说深爱着的人吗？威胁、恐吓或伤害他们是你们唯一能想到的教育方式吗？

长久以来，你们的文化用肉体的痛苦来惩罚不合意的行为，不仅对小孩如此，对大人也是如此。你们甚至用杀人来阻止杀人。

用创造某个问题的能量来解决该问题，这不是疯了吗？

你们不希望看到某些行为，却重复这些行为，以此来阻止它们，这不是疯了吗？

你们说不希望后代模仿某些行为，整个社会却将这些行为树为榜样，这不是疯了吗？

而最疯狂的是，你们假装这一切都没有发生，然后奇怪你们的孩子为什么会做出疯狂的举动。

你是说我们都疯了吗？

我是在定义疯狂。确定你们的身份和本质是你们的事。你们每天都在做这件事。

每个举动都是自我定义。

你刚才说的话还挺严厉的。

朋友之间就是这样啊。你不是想知道和神成为朋友会有什么感觉吗？这就是那种感觉。

朋友总是告诉你真相。朋友只说实话。朋友不会奉承你，也不会只说他们觉得你喜欢听的话。

然而朋友不会告诉你实情之后就转身而去，让你独自面对它。朋友是随时候命的，他们会给你持续的支持、周到的帮助和无条件的爱。

这是神的作风，也是目前正在进行这次对话所要谈到的。

这次对话会持续多久呢？我原本以为它到《与神对话》三部曲结束就完了。

你想要持续多久，它就会持续多久。

那么这本书之后还有另外一本咯？

这本书之后当然还有另外一本书啊，我几年前就跟你说过的——但它将不会是一部对话录。

是吗？

是的。

那它会是什么样的书呢？

一本以一个声音发言的书。

那是你的声音吧。

是我们的声音。

我们的声音？

你和神的对话已经让你和神成为朋友，而你和神的友谊将会让你与神合一。

在《与神合一》里，我们将会以一个声音说话，那将会是一本非同小可的书。

所有这些“与神”的书都是非同小可的啊。

那倒是。

会不会有更多对话录，只记载我们随意的谈天？

你想有，就会有。

好吧，我非常喜欢这些对话，因为它们促使我思考。不过有时候我会很吃惊，因为你挺偏执的。神是没有好恶的，但你似乎表达了太多的好恶。

指引方向并不等于表述好恶。

假如你说你想要去西雅图，却走在去圣何塞的路上，假如这时你停下来问路，有个人说你走错路了，你搞错方向了，这是在表达好恶吗？告诉你如何去往你声称想要去的地方是偏执吗？

你以前用过这个比喻。你以前对我说过这样的话。

只要你不断地试图把我变成一个需要你某些东西的神，我就会反反复复地对你说这句话。

我告诉你吧：我不需要你任何东西。你认为我这个神无能到需要你某样东西却无法得到它吗？你认为有我想要它发生但又不知道如何让它发生的事情吗？

假如我需要你前往西雅图，你认为我完全没有能力让你去那里吗？

事情不是这样的。事情是这样的：你告诉我你想要去哪里，我告诉你哪里怎么走。

几千年来，人类总是告诉神他们想要过上什么样的生活。你们向我宣布，也向彼此宣布，你们希望过上安详、和平、健康和富裕的长寿生活。几千年来，我总是告诉你们如何才能过上那种生活。

我正在再次告诉你们，在这里。因此，让那些愿意听的人来听吧。

是的，但正如我说过的，有时候人们不想听到这些话。有些人不喜欢我们对话的部分内容，他们不喜欢你表达政治观点，或者就各种

社会问题提出有争议的看法。我们不仅不想听神谈论这些。这个道理是我在媒体工作的时候学到的。当我播音的时候，我不得不抑制我的许多观点。许多老板对我说过这个道理，拉里·拉鲁是第一个。

我替拉里工作了八个月，然后又走了大运。但时至今日，我不会把这样的事情称为走运，因为现在我知道“运气”这种东西是不存在的，生活的进程完全取决于你的目标。

这很好。这很重要。如果你要和神建立起友谊，那种真正的、有实际作用的友谊，这是很关键的，因为你必须理解神是如何行事的。

人们总是将生活中的好结果称为走运、运气、巧合、意外之喜或者命运等等。至于坏结果，比如飓风、龙卷风、地震、猝死，他们称之为“神的作为”。

由于你们有这样的观念，害怕我就不奇怪啦。你们的整个文化都在支撑这个观念。它反映在你们说的每句话，以及你们说话的方式。你们的语言无处不体现了这个观念。

现在我要告诉你的是，你们会遇到你们所谓的好事，也是神的作为。没有哪两个人是偶然相遇的，没有哪件事是碰巧发生的。

你有没有想过，你和拉里会在那天、那个时间相遇，可能不是碰巧；他可能就像某个站在戏台侧翼准备上场的配角，终于登上台面，说出他的台词，然后飘然退出。而那出戏，你的戏，则继续上演，一如既往，也一如现在，而你关于明天的每个想法就是你写下的剧本。你说出的每句话就是你对场景的编排。你做出的每件事就是你对剧情的演出。

太棒啦。这很好地描述了实际的情况。

是吗？

就像我说的，这很好地描述了实际的情况。现在我当然知道啦。与神对话之后，我明白了这一切。可是当年我确实觉得我只是又走运

了。我到拉里的电台工作两个月后，有个叫做强尼·沃克的优秀播音同事辞掉工作，到弗吉尼亚州的里奇蒙德去上班。不久之后，强尼在里奇蒙德的老板离职加盟了某家公司，那公司刚收购马里兰州安纳波利斯的一个小型调幅广播电台。强尼·沃克不想离开里奇蒙德，但他说他认识一个年轻而有才华的新人，能够给安纳波利斯的电台带去新的形象和新的声音。那年轻而有才华的新人就是我啦。

我想都不想就准备奔赴东海岸。当时我母亲焦急不安，要爸爸阻止我。我父亲说："让他走吧。他长大啦。"

"但万一他在那边不如意怎么办呢？"妈妈问。

"不如意就回来呗，"我父亲不动声色地说，"他知道我们在哪里。"

我到安纳波利斯是1963年8月，离二十岁生日还有一个月。我的起薪只有每周五十美元，但我在的可是真正的广播电台！这不是调频电台，这是调幅电台啊！那种人们在轿车里收听的电台！那种人们带着便携式收音机到沙滩上收听的电台！等到二十一岁生日时，我已经变成那个电台的产品经理，负责所有广告的制作。

我告诉你这些故事，特别是我找工作这个故事，是因为我想要你明白神在我们的生活中是如何行事的，我们是如何"与神为友"却又毫不自知。我想说明神是如何利用各种人物、地点和事件来帮助我们踏上人生路的。或者说神是如何容许我们，给我们创造的能力，去决定我们的生活实在的—— 虽然当时我不会这么说。

1966年，我在美国很南边的某个城市找到工作，担任一家广播电台的产品经理。那城市的名字我就不说啦，因为我不希望它现在的居民感到难堪或者愤怒。我可以肯定的是，现在情况和以前不同，但在1966年，我觉得我去那里真是大错特错。当时我还没有听到"神的世界没有错误"这个道理。唯有今时今日，我才明白发生过的事无非都是我要接受的教育，都是为我将来在人世要做的更大事业而铺下的基石。

我当年会认为去那个南方城市是大错误，是因为我在那里看到的种族歧视。那是20世纪60年代中期，约翰逊总统刚刚签署了《民权法案》。它成为法律，是因为社会需要这样的法律（就好像今天的社会需要反仇恨罪行法一样），而最需要这种法律的莫过于南部某些种族歧视历史悠久而且根深蒂固的地区。我所处的正是这样的地区—— 那里种族歧视太严重了。我想要离开。我讨厌那个城市。

第一次开车进城时，我需要加油。把车开到加油站后，我吃惊地发现，每台加油机上都贴着硬纸板，上面写着："仅限白人"。"有色人种"要到后面的机器去加油。餐厅、酒吧、戏院、公共汽车站和其他公共场所也都实行种族隔离制度。

喏，来自密尔沃基的我从未见过这样的事情。倒不是说密尔沃基或者其他北方城市就没有种族偏见。但如此明目张胆地将整个人群归为二等公民，我还是第一次看到。我从未在一个所有人公认这么做没问题的地方生活过。

后来的事情更加糟糕。我曾受到邀请，去几个新结识的熟人家里吃晚饭。我错误地问起当地无所不在的种族歧视。我的主人是一对性情和蔼、挺有文化的夫妻，我以为他们能够给我些许内情。

我确实获得了些许内情，但却不是我预期的那种。

我的主人一边举起玻璃杯，让那个叫做托马斯的老年黑人奴仆替他斟酒，一边牵强地微笑着说："喏，这位新朋友，我希望你不要太过苛责我们啦。你知道吗，其实我们对这些老黑很好的啦。真的，真的很好。我们把他们当成家里人呢。"他转向托马斯说："对吧，小子？"

我心下感到一阵不快。那家伙完全没有发现。

托马斯可没那么迟钝。他低声下气地说："对的，老爷，是这样的。"然后悄悄地离开了房间。

如今每当遇到不平之事，我的第一反应不是离开它，而是靠近

它，我会努力理解它的诱因，看看我能否为摆平它做些什么。但那时我还年轻，我刚刚发现正义是什么，却没有勇气去维护它。所以我只是想要离开。想得快要发疯。我无法容忍那种不可容忍之事。我无法理解那种程度的不平，我无法理解今天我们所说的黑人经验—— 我只想尽快离开那一切。

我大声地对神说："让我离开这里！"不过我完全没想到我很快就能脱身。广播业是非常专业的领域，相关的工作不是那么容易找的。我觉得有份工作已经够幸运的了。

当然，我并没指望神的友谊。当年我仍认为神对祈祷有时候会回应，有时候则不会，而且假如我死时灵魂带着罪，他将会让我接受无尽的酷刑。现在我知道神一直回应所有的祈祷——　我还知道我们所想、所说、所做的一切都是祈祷，也都得到神的回应。他就是这么好的朋友！但在20世纪60年代，我不明白这个道理，所以完全没想到会有奇迹发生。

你可以想象后来奇迹发生的时候我有多么惊喜。

那天突然有个素昧平生的人给我打电话。那人说他的名字叫做汤姆·费尔德曼。"你不认识我，但我从安纳波利斯的马尔文·梅维斯（我工作过那家电台的老板）那里知道你的名字。我们在巴尔的摩的电台要请一位节目主管。马尔文说你是个有才华的家伙。你有兴趣到这边来面试吗？"

我简直不敢相信自己的耳朵。你开玩笑啊？我当然有兴趣啦！我心里大喊了起来。"有啊，我会去面试的，"我对汤姆·费尔德曼说。

"有件事我要先告诉你，"他继续说，"这家电台的工作人员都是黑人。"

哈哈，对哦，我想起来啦。我这招很妙，对吧？

岂止很妙，简直是绝招啊。因为被巴尔的摩的韦伯电台聘任（真是喜出望外啊）后，我切身地体会到什么是种族歧视，以及黑人对它

的感想，虽然巴尔的摩是所谓的大城市。

我也了解到我原来是多么地自以为是，我曾以为我们大城市人的态度比南部那些乡巴佬要好。我发现我们的种族歧视其实也很严重—— 但我必须对黑人经验有深入的了解才能明白这个道理。在南部以外的地区，种族歧视也是存在的，只是表现方式不同而已—— 主要是表现得更加虚伪。

在那个当年被称为“节奏蓝调”的电台工作期间，我改掉了许多错误和傲慢的观念，也切身体会到许多黑人文化。我与黑人同事一起工作，每天和黑人邻居打交道，这让我了解许多通过其他方法了解不到的内情。

在我掌握了我到巴尔的摩要学的知识之后，神再次伸出援手，又给我一个难以置信的机会，进一步为我最终要做的事业铺平了道路。

等一等。你真的意识到做这件事的人是你而不是我吗？你确实明白除了你给自己安排的任务，我没有给你安排其他任务，对吧？

是的，现在明白啦。但那时还没有跳出窠臼，仍以为神想要我做某些事，也以为神控制和促成我生活中的境况和事件。

好啊，我们来复习一下吧。是谁控制和促成你的生活中的境况呢？

是我。

你是怎么做到的呢？

通过我所想、所说和所做的一切。

很好。我们需要澄清这一点，否则有人会以为你的这段经历是我促成的。

可是刚才你还洋洋得意地说把我放到那家全是黑人的电台是你的妙招。

我的妙招是促使你得到你选择想要的东西。你和神的友谊就是这样发挥作用的。首先，你确定你的选择，然后我让其成为可能。

你是说我确定我想要去那家全是黑人的电台？

不，你确定的是你想要更完整地理解种族歧视—— 以及自以为是—— 到底是什么。你在非常高的层面上确定了这个。在灵魂的层面上。这其实是给你的自我上课。这其实是给你的自我提醒。这其实是让你的自我走向觉悟。

你的次意识想法是逃离，从那里抽身。你的超意识想法是在意识的层面上发现更多关于种族态度和狭隘心理的情况，包括你自己在这两个方面的情况。你同时顺从了这些冲动。

作为我的灵魂的朋友，你总是会创造条件让我去做这件事，对吧？

对的。我会把各种工具放到你手里，让你能够制造出你选择的经验，让你能达到越来越高的意识层次。你可以选择使用这些工具，也可以选择不使用它们。

是什么促使我选择前者或后者呢？

是你对你当下生活正在发生之事的原因的觉悟程度。

后面我会跟你聊聊觉悟的各种层次，以及那些层次里面的层次。

事情正在发生的时候，我总是茫然无知，而事后又总是恍然大悟。现在我明白那年接下来发生的事情的原因啦，但当时我一直在咒骂你。

这种情况并不罕见。

我知道，但现在我觉得很惭愧，因为我明白了两个当时没明白的道理。第一，事情之所以发生，是因为我想要它发生；第二，它的发生，是符合我的最高利益的。

有助于你去往你说你想要去的地方。

是啊，能让我去往我想要去的地方。现在我明白啦，我向来的选择是成为导师，提高人们的意识境界，而我整个人生都是在为这个目标做准备。

确实如此。

但那时候我却为自己创造的事情而生你的气。我并不理解，你只是给我各种工具—— 正确而完美的人物、地点和事件—— 让我为得到自己选择的经验做准备。

没关系啦，别为这个烦恼。正如我刚才说的，这种情况很常见。现在你明白了。所以现在你只要别再为你的生活、别再为你生活中的任何事物而恼怒就好。要明白生活中的一切皆是完美的。

你认为我能做得到吗？

你认为你能做得到吗？

我想可以吧。

那你就可以。

可是当时我要是明白现在明白的道理就好啦。

你现在明白了。你就满足吧。

我父亲以前常说："人总是老得太快，而又聪明得太慢。"

我记得那句话。

你觉得我受这句话影响太深了吗？

你觉得呢？

我想是吧，但我正在摆脱它的影响。

那很好啊。现在回到我“再次伸出援手”的地方吧，你刚才说我进一步为你已经决定要做的事业铺平了道路。

嗯，当经验了我到那家电台要经验的东西之后，我很快又从那里脱身而出。事情发生得非常突然。有一天，电台要求我从节目主管的岗位退下来，改任上门的广告推销员。我想电台的老板是觉得我当主管的表现没有满足他们的期望，但他们又不想直接解雇我，所以给了我其他的岗位。

我认为世界上没有比推销电台或者电视台的广告更为艰苦的工作。我总是不断地哀求某个商人施舍给我一点时间，让我能够说出我的“推销词”，接着竭尽所能说服他去做某些他其实不想做的事情。一旦他真的被说服，愿意花点小钱来投广告，我就得付出双倍的努力去撰写生动有效的文案。最后我还得成天担惊受怕，希望广告有效果，这样他才会继续投钱。

和大多数电台广告销售员相同，我领的是固定薪水，但有销售任务。每当没有完成某个星期的任务，我就会感到很惭愧，因为我领了钱却没有把事情做好，而且我总是担心自己会被炒鱿鱼。所以我每天早上出门工作时，当然不会带着快乐的心态。

我记得有一天，我把车停在某个购物中心的停车场，坐在车里，准备去拜访陌生的客户。我讨厌拜访陌生的客户，我讨厌这份新工作，我讨厌自己居然接受这样的工作，尽管我其实别无选择。我南下之前不久结的婚，我的第一个孩子就要出生。我坐在车里，感到既悲伤又愤怒，用拳头猛力地捶打方向盘，再次向神发号施令（这次我是真的大声地说出来）：“让我走出这里！”

有人从车边走过，他用奇怪的眼神看着我，迅速地打开车门。“怎么回事？你把自己锁起来啦？”我尴尬地笑了笑，强打精神，步履沉重地走进那家商店。我问我能否见见经理或者老板，对方反问：“你是销售员吗？”我说是，对方说：“他现在不能见你。”

这种情况常常发生，我开始憎恨“我是销售员”这几个字。拖着身

体回到车上之后，我直接把车开回家，没有去见下一个客户。我再也忍受不了这份工作，可是却没有勇气辞掉它。

翌日清晨，闹钟响起它可怕的铃声，我猛然转过身，愤怒地伸出手想要把闹铃关掉。就在当时，我感到一阵刺痛，就好像有人拿匕首扎进我的后背。我稍加动弹就会痛苦万分。

我妻子打通了家庭医生的电话，把听筒递给我。护士问我是否能到诊所去。“我去不了，”我痛苦地说，“我没法动。”说了你也许不信，医生居然到我家来了。

医生说我腰椎关节损伤，需要休息八到十二个星期才能康复，在此期间我必须尽可能避免站立。我也许还得接受牵引疗法。我打电话给老板，把情况告诉他。第二天我被炒鱿鱼了。“对不起，”汤姆说，“但我们不能再支付你三个月的固定薪水。那样你可能一年都无法完成工作任务。你是很倒霉，但我们不得不让你离开。”

“是啊，”我表示赞同地说，“是很倒霉。”但我脸上忍不住泛出笑容。

我终于有正当的理由离开这份工作啦！这是个残酷的世界，但世道本来如此，我也只能徒唤奈何。这是我的世界观，这是我从小就有的迷思。我从来没想过这一切都是我创造的，从来没想过这个“残酷的世界”是我自己构造出来的世界。这种觉醒—— 有人称之为“自我觉醒”—— 要到很久以后才出现。

只过五个星期，我发现我的病情好多了（真是喜出望外啊）。医生说我的康复比预想的要快，提醒我不要太过心急之余，允许我偶尔到屋子外面去走走。这倒也真是时候。当时我们只靠我妻子当理疗师的薪水艰难度日，很显然，过不了多久，我就得出去找份工作来养家。但我能干什么呢？无论是在巴尔的摩还是在原来的安纳波利斯，我都找不到广播电台的工作。别的事情我又从未做过……

当然，从前我在密尔沃基念高中时喜欢写作，但我肯定不够资格

去得到真正的报纸工作。

但接下来发生的事情又让现在的我想起神作为我们最好的朋友起到的作用—— 支持我们到达想要去的地方，赐予各种工具让我们去创造有利于我们提高觉悟境界、最终让我们得以表达真实身份的经验。

那时我壮胆走进《首府晚报》的办公楼。那是安纳波利斯一份每日出版的报纸。我求见了当年的主编杰伊·杰克逊，我没有采取对付拉里·拉鲁的策略，而是请他给我一份工作。

幸运的是，杰伊对我略有耳闻，我在安纳波利斯电台工作的经历让我在当地小有名气。我告诉他，由于健康原因，我丢掉了巴尔的摩的工作，并让他知道我妻子已经怀孕。我说："杰克逊先生，我真的需要工作。什么工作都可以。我可以擦地。可以干杂活。随便什么都行。"

杰伊在他的办公桌后面安静地倾听着。我说完之后，他没有开口。我以为他正在想怎样让我滚蛋。结果他却问："你知道如何写作吗？"

"知道，先生，高中时我曾给校报写东西，上大学后也写过新闻稿件，"我满怀希望地回答，"我想我可以把一些句子凑成文章。"

杰伊又沉吟片刻，然后说："没问题，你明天就来上班吧。我准备把你安排到新闻部。你可以写讣闻、教会新闻和俱乐部快讯—— 这些你无论怎么写都不会太糟糕。我会审读你写的东西。我们会给你几个星期的试用期。如果你做得不好，那也没什么坏处，而且你还能赚点小钱。假如你让我看到你有料，那么我们就可以多一个撰稿人。正好我们现在缺一个这样的同事。"

（真是喜出望外啊。）

当记者能够最快地学到各种知识，尤其是在小城市的综合性报纸当记者，因为你什么都要报道。今天你采访市长，明天你会给新来的小联盟教练做专访。现在我总算明白了这里面的关系。我总算理解了

这种安排的美妙之处。

我向来想要成为神之爱的传播者。对那些认为人应该害怕神的教条，我先是非常不理解，后来变得很反感。我知道真正的神不可能是这样的，我急于让人们领悟到我心里的感受。

在某个层次上我肯定知道我终将做这件事，也准确地知道要做这件事需要付出什么代价。我的某个部分（或许是我的灵魂？）肯定知道我将会结识来自各种背景、拥有各种经验的人，并与他们发生非常深入的私人交往。完成这件事需要极为纯熟的交流技巧，更需要广泛地接触许多来自不同文化和职业的人。

如今我并不奇怪我将职业生涯的早期用于磨炼这些技巧—— 起初是在广播业，到南方接触了我陌生的种族歧视，然后又换了工作环境，让我能够从内部理解种族歧视，最后创造出一种病痛，让我得以从事新的职业，接触生活的方方面面，从令人毛骨悚然的警察局案件登记簿，到城里新任长老会本堂神父的升迁原因等等无所不包。

在经历这些事件时，我称有些事件为好运，有些事件为霉运。但如今，站在我当前的位置，我明白它们共同组成了一个过程—— 生活本身展开的过程，也是我成为我的过程。

我已经学会了不去审判，不去诅咒，而是接受我生活中的所有经验，认识到所有事情发生的方式是完美的，发生的时刻也是完美的。

在那家报社工作的第一个月，我获得了正式聘任，但具体哪天我忘记了。当时我太忙于撰写讣闻、教会新闻，以及改写童子军联合会、社区戏院、基瓦尼斯俱乐部、狮子俱乐部等发来的新闻通稿。但某天早晨，我发现我的桌子上有张纸条，上面有红色水笔写就的字：请接受每周五十美元的加薪—— 杰伊。

我获聘啦！我相当大声地喊道："没问题！"编辑部里每个人都扭头看着我。几个老编辑露出了笑容。他们肯定早就猜到了，或者已经得到了消息。我正式成为他们的同事啦。

不用多久，我就回忆起我念高中时是多么热爱新闻写作。如今我是在真正的编辑部里，打字机噼里啪啦地响个不停（是的，手动的打字机），到处散发着油墨的香味。从业五个月后，我得到了第一个真正的“专访”，采访对象是郡政府，这篇稿子很快成为我的第一篇头版报道。这是多么令人兴奋和快乐的经验啊！我觉得只有很少记者能体会到我当年拥有的那种持续的振奋感。直到今天，还没有其他让我更加快乐的事，除了我第一次看到我的名字出现在一本书的封面上。

有些朋友建议我不要把这段经历写进来。他们说，如果我承认看到我的名字出现在出版物的封面上就会兴奋不已，人们会瞧不起我，会怀疑我披露出来的信息。

或许我应该假装我对这些事情无所谓，它们根本影响不到我，我对它们是超然的—— 因为作为灵性使者，我应该如此。但我不相信身为灵性使者我就不能为我做的事情高兴，也不能为如此受欢迎的文章而兴奋。在我看来，要判断一个人是否到达了灵性的光明境界，并不是看他是否会受自我得到的奖励影响，而是要看他的安宁和快乐是否受这些奖励影响。

自我其实不是坏东西—— 太过强烈的自我除外。控制我们的自我固然应该提防，但推动我们的自我却应该欢迎。

在生活中，我们不断地推动我们自己取得更大的成就。自我是神赐给我们的礼物，就和生活中的其他事物相同。神赐给我们的无不是财宝，至于在我们的经验中，它是不是以财宝的面目出现，那要看我们是如何使用它。

我认为自我—— 和金钱相同—— 染上了污名。它被戴上了坏帽子。其实自我、金钱、权力或不受羁縻的性快感并不糟糕。糟糕的是对这些东西的滥用，那对我们既没有好处，也不表明我们的真实身份。如果这些东西本身是糟糕的，神为什么会创造它们呢？

所以我非常乐于承认当年看到我的名字出现在《首府晚报》头版时我感到很兴奋，也乐于承认直到今天每当看见新书封面有我的名字

我依然会感到很兴奋—— 尽管我会说这些书不是我写的，而是神通过我写的。

是你写下了这些书，你完全可以说它们是你写的。没有必要向你自己或者其他任何人隐藏你的光芒。这个道理我以前说过。除非你学会承认你的身份和你的业绩，否则你无法承认别人的身份和他们的业绩。

你将这些原理付梓，确实是受到我的启发。这些文字也确实是我让你写下的。这削减了你的功劳吗？假如是的话，那么你们也无需尊重写下《独立宣言》的托马斯·杰斐逊、提出相对论的阿尔伯特·爱因斯坦，无需崇敬居里夫人、莫扎特、伦勃朗、马丁·路德·金、特蕾莎修女，或者其他任何在人类历史上做出重要贡献的人物—— 因为他们全都受到我的启发。

我的孩子，有太多的人，我曾将美妙的文字赐给他们，要他们写下来，可是他们却没有写。有太多的人，我曾将动听的歌谣赠予他们，要他们唱出来，可是他们却没有唱。你想要我用名单列下那些从来不使用我送给他们的礼物的人吗？

你使用了我送给你的礼物，如果这不值得兴奋的话，那我就不知道还有什么值得兴奋啦。

每当人们就要贬低自己的时候，你总是有办法让他们的自我感觉变得良好。

我只能影响那些用心在听的人，我的朋友。只有那些用心在听的人会受影响。你要是知道这世上有多少人认为自己一无是处，或是觉得自己毫无贡献，你肯定会大吃一惊。

摆脱这种观念的诀窍在于，别为了得到认可去做事，你要把你所做的事情当做对你的身份的表达。然而，别人认可你的身份，并不会让你和你的身份不符，那只会让你想要更多地去经验它。

真正的大师明白这个道理，所以真正的大师认可他们的真实身

份，也鼓励别人去认可他们自己的身份，而且从来不以谦虚的名义去否定自我的辉煌之处。

耶稣坚定地向每个愿意听的人公开和宣布他的身份。曾在你们星球上行走的每位大师也都如此。

因此，请公开你的身份。宣布你的身份。然后彻底地进入你已经公布的那种存在状态。

请在每个此刻依照你对你的身份曾有过的最远大期许重新创造你的自我。这样你就能使我荣耀，因为你的荣耀—— 非凡地展现你的身份—— 就是神的荣耀。

你知道我为什么喜欢你吗？因为你允许人们去拥有他们向来想拥有的感受。你让人们找到他们的自我。

这是朋友应该做的呀。

有你这样的朋友，人们怎么可能不为他们自己、不为这个世界感到乐观呢？

不感到乐观的人多了去啦。

好吧，反正我向来很乐观，哪怕以前我并没有真正地认识你。尽管我曾以为神是容易生气、睚眦必报的，但他似乎仍然站在我这边。我从小就这么想，因为这是我从小接受的教育。毕竟我既是天主教徒，又是美国人。谁能不受这种教育影响呢？小时候，我们被告知，天主教是真正的教会。我们还被告知，神特别偏爱美国。我们甚至在硬币上印着“我们信神”的字样，在国旗下宣誓忠心报国时也会说美国是“神统辖的国家”。

我觉得我自己非常幸运—— 生在最好的国家，拥有最好的信仰。我做的事怎么可能会出错呢？

然而正是这种倡导高下有别的教育在你们的世界造成了如此之多

的痛苦。有些人固执地认为他们就是比别人“更好”，这种观念也许会让他们分外自信，但也常常会将“我做的事怎么可能会出错”转变为“我做的事怎么可能会是错的”。

这并非自信，而是危险的自骄，它会让整群人自以为是，认为他们无论说什么、做什么都是正确的。

长久以来，许多不同宗教和国家的人们相信并传授这种教条，这让他们产生了极其严重的自以为是的心理，乃至他们无法理解别的经验，包括别人遭受的苦难。

如果说你们在各种文化迷思中去掉哪个才会对你们有益的话，那就是这个观念：你们身上有些神奇的特质，使得你们比其他人更好，你们的种族是更好的，你们的信仰、国家、政治制度、解决问题的方法或者生活方式是更好的。

我告诉你吧：只要你能革除这个文化迷思，你就能改变世界。

在你们的词典中，“更好”这个词是很危险的，它的危险程度仅次于“对”。这两个词是相互联系的，因为你们会认为你们是对的，是由于你们认为你们是更好的。然而我的选民是不分种族和文化的，我也没有指定哪条道路为真正通往神之路。我既不偏爱任何国家或宗教，也没有规定哪个性别或物种高于别的性别或物种。

我的神啊，你能再重复这段话吗？你能再说一遍吗？

我的选民是不分种族和文化的，我也没有指定哪条道路为真正通往神之路。我既不偏爱任何国家或宗教，也没有规定哪个性别或物种高于别的性别或物种。

我邀请每个神父、每个牧师、每个拉比、每个导师、每个古鲁、每个大师、每个总统、每个总理、每个国王、每个王后、每个领袖、每个国家、每个政党共同发布一道将会疗愈这世界的宣言：

我们的方式并不更好，它只是另一种方式。

领袖不会说这样的话。政党不会发布这样的宣言。教皇更不可能这么说啊。那会毁掉整个罗马天主教的基础！

不仅是那个宗教，而是许多宗教，我的孩子。正如我已经指出的，绝大多数宗教用来支撑它们的主要诉求的基础是这样的观念：它们的道路是真正的道路，相信其他道路会遭到永恒的责罚。因而，宗教用怕而不是爱来吸引你们。然而我最不愿意你们接近我是因为怕我。

你认为各个宗教会认可这句话吗？会将这个宣言变成它们的立场吗？

我再说一遍：如果他们做出这个宣言，世界将会一夜之间改变。

也许到时候我们就能不再自相残杀。也许到时候我们就能不再彼此憎恨。也许到时候我们就能不再重演科索沃和奥斯维辛的惨剧，就能终结爱尔兰无休无止的宗教战争，就能根除美国令人苦恼的种族争斗，消除世界各地造成众多血腥场面与灾难的民族、阶级和文化歧视。

也许可以吧。

也许到时候我们可以保证不会再出现马修·谢泼德的悲剧。他被绑在怀俄明州某个农场的篱笆上，遭到惨无人道的毒打，然后因无人救治而身亡。这只因为他是个同性恋者。

你能就同性恋说几句话吗？我到世界各地演讲、出席见面会或者举办静修营时，总是有人问：难道神就不能说几句话，让那些同性恋男女不再受到迫害或者歧视吗？做这种事的人往往打着你的旗号。他们说这么做符合你的教导和律法。

我以前说过，现在愿意再说一次：只要爱是纯粹而真实的，那么表达这种爱的形式和方式就都是正当的。

我对这个问题的立场是再清楚坚定不过了。

但你如何定义纯粹和真实的爱呢？

真实而纯粹的爱不会损害或伤害任何人。它会杜绝损害或伤害任何人的可能性。

我们怎么可能知道别人会不会受到某种爱的表达的伤害呢？

也许你无法每次都知道。当你无法知道时，你确实无法知道。这时你的动机是纯洁的。你的意图是良善的。你的爱是真实的。

然而大多数时候你能够知道，大多数时候你确实知道。

这些时候你明白爱的表达会如何促使别人经验到伤害。在这些时候，你最好问：

现在爱会怎么做？

不仅是对你当前情感对象的爱，也是对所有其他人的爱。

但这样的“基本原则”会导致我们无法去爱任何人！总是有人会说，某些人以爱的名义所做的某些事会让他们受伤害。

是的。有样东西本应疗愈人类的伤痛，却给你们带来了最大的伤害。

那是什么？

你并不理解爱的本质。

爱的本质是什么？

爱的本质是不讲条件、毫无限制而且没有需求的。

由于不讲条件，所以它无需任何东西便能被表达。它不要求任何回报。它不会因为得不到对方的爱而抽回。

由于毫无限制，它不会对别人施加限制。它没有终点，而是永远

持续。它经验不到边界或障碍。

由于没有需求，它不会拿走别人不想给它的东西。它不会保留别人不希望它保留的东西。它不会给予别人不快乐地接受的东西。

而且它是自由的。爱的本质是自由，因为自由是神的本质，而爱就是神，是得到表达的神。

这是我听过最美的定义。

如果人们理解它，并实践它，一切将会改变。你现在有机会帮助他们理解和实践它。

那我自己最好要理解它。你刚才说“爱是自由”，那是什么意思？是做什么的自由呢？

是去表达你的真实身份中最欢乐的部分的自由。

哪个部分？

那个认识到你和所有事物、所有人是一体的部分。

这是你的存在的真相，也是你的自我最急切、最热诚地想要拥有的经验。

每当遇到某个我们与之有合一的感觉的人，我们确实想要拥有这种经验。但问题在于，我们可以跟不止一人有合一的感觉。

确实是这样。高度进化的生灵在所有时刻跟每个人都有合一的感觉。

那他们是怎么解决的呢？

我有点听不懂你的问题。你是说他们是怎么解决那种在所有时刻跟每个人都有的合一感觉吗？

是啊。他们是怎样做到不惹麻烦的呢？

什么麻烦？

什么麻烦都有啊！没有回报的爱，没有被满足的期待，妒忌的爱侣，反正什么都有。

你刚挑起的这个话题将会揭示你们星球上所谓的“爱”会带来痛苦和悲剧的原因，也将会揭示你们会很难相爱、很难去热爱神的主要原因。

你在这里引入这个话题是很完美的，因为和神建立一份真正而持久的友谊的第三个步骤正是：

热爱神。

[1] 超级碗（Super Bowl）是全美橄榄球联盟年度冠军赛的代称，通常在1月最后一个或者2月第一个星期天举办。橄榄球是美国最受欢迎的体育运动，而超级碗直播多年来一直是全美收视率最高的电视节目。

# Chapter 08

让我们温故知新吧。与神成为朋友的前三个步骤是：认识神，信任神，热爱神。

是的。

每个人都热爱神啊！这个步骤应该很简单！

既然这么简单，为什么你们有许多人很难做到呢？

因为我们不知道怎样才算爱你。

那是因为你们不知道怎样才算彼此相爱。

在这个星球上，第三个步骤也许不是太容易，因为你们从未听说过没有需求的爱，从未实践过没有条件的爱，还认为没有限制地去爱每个人是“错误”的。

依照人类已经创造的生活方式，在所有时刻与每个人有合一的感觉真的会让你们“惹上麻烦”。你刚刚提到了造成这种麻烦的三个原因。你不妨将其称为三大爱的终结者。

1. 需要。

2. 期待。

3. 妒忌。

当这三者有任何一个出现时，你们无法真正地去爱别人。你们当然也无法去爱一个三者皆有的神。然而这种神却正是你们信仰的，并且由于你们宣称你们的神这样并无不妥，你们也就认为你们这样也并无不妥。所以正是在这种环境中，你们试图创造和维护你们对彼此的爱。

在你们受到的教育里，神会妒忌，神有许多期待，神非常需要你们的爱戴，如果对你们的爱没有得到回报，他就会用永恒的诅咒来惩罚你们。这些教诲如今已融入你们的文化故事。它们深深地植根于你们的心智之中，要将它们铲除得费很大力气。然而，除非你们将其铲除，否则你们永远别指望能够真正地相爱，更别指望能够真正地爱我。

我们该怎么做呢？

要解决某个问题，你们首先必须先理解它。让我们逐步来检查这个问题的三个要素。

需要是爱的杀手中最厉害的。然而你们人类大多数成员并不懂得区分爱与需要，所以他们混淆了两者，日常搞不清两者的区别。

假如你想象有某样身外之物是你并不拥有的，而你又得拥有它才能快乐，那么你就是“需要”它。因为你相信你需要它，所以为了得到它，你几乎什么事都肯做。

你将会努力获取你认为需要的东西。

大多数人通过交易获取他们认为需要的东西。他们用已有的去交换想要的。

他们将这个过程称为“爱”。

是的，我们以前讨论过这个话题。

没错，我们是讨论过。但这次我们要更深入地探讨它，因为理解你们怎么会有这种爱的观念是很重要的。

你们以为这是向对方展示你们的爱的方式，因为你们接受的教育是，神就是用这种方式展示他对你们的爱的。

神提出了一桩交易：如果你们爱我，我就让你们上天堂。如果你们不爱我，我就不让你们上。

有人曾对你们说，神的作风就是这样的，所以这变成了你们的作风。

正如你刚才说的，既然神是这样的，那么我这样也并无不妥。

正是如此。因而你们创造了一个每天将其付诸实践的神话故事：爱是有条件的。然而这不是真相，这是迷思。它是你们的文化故事的组成部分，却不是神的实在的组成部分。实际上，神不需要任何东西，因而不要求你们给他任何东西。

神怎么可能需要某样东西呢？神是万物，是一切，是不动的动者，是所有你以为神需要的东西的来源。

要明白我拥有一切，我就是一切，我什么都不需要。明白这个道理，你才能认识我。

认识你是与神为友的第一个步骤。

是的。一旦真正地认识我，你们就能开始破除各种关于我的神话。你们会改变你们对我的身份和作风的认知。而一旦改变对我的作风的认知，你们就会开始改变对你们的作风的认知。这是脱胎换骨的起点。这就是你们和神的友谊要做的事。它让你们脱胎换骨。

听到这里我很兴奋啊！没有人曾向我把道理解释得如此简单，如此清楚。

那么你要认真听，因为接下来的解释是最清楚的。

你们是依照神的形象和模样被创造出来的。这个道理你们向来明白，因为这也是你们受到的教育。然而你们弄错了我的形象和模样。因此你们弄错了你们可以呈现的形象和模样。

你们认为我是一位有很多需要的神，我需要你们来爱我。（现在有些教会倒是不说我需要你们的爱了，改称我只是渴望你们的爱。它们说，我只是渴望你们会爱我，但不会强迫你们。可是如果我得不到

你们的爱，就会无休无止地折磨你们，那“渴望”不就是“需要”吗？那算是什么渴望呢？）

所以呢，既然你们是依照我的形象和模样被创造出来的，你们认为你们经验到相同的欲望是很正常的。所以你们创造出许多类似电影《致命的诱惑》的悲剧。

但现在我要告诉你们的是，我没有需要。我想要在自我之外表达的一切，均能在自我之内找到。这就是神的真正本质。这就是神创造你们时所依照的形象和模样。

你们明白这个道理的神奇之处吗？你们领会到它的寓意吗？

你们也是没有需要的。你们无需任何东西，便能非常快乐。只不过你们以为你们需要。你们最深的、最完美的快乐就在你们的内心；一旦找到它之后，你们的自我之外没有任何东西能与它相提并论，也没有任何东西能破坏它。

老兄啊，你又来重弹快乐源自内心的老调了。说了你别见怪，我怎么就没有这种经验呢？

因为你没有去追求。你追求的是在你的自我之外经验到你的自我最美好的部分。你追求的是通过别人去经验你的身份，而不是允许别人通过你去经验他们的身份。

你说什么啊？能再说一遍吗？

我刚才说，你追求的是通过别人去经验你的身份，而不是允许别人通过你去经验他们的身份。

这可能是你对我说过最重要的一句话。

这是非常本能的声明。

这句话是什么意思？我听不懂。

生活中许多至关重要的声明都是本能的。在你还没有了解它们为何以及如何是真实的之前，你便已知道它们是真实的。它们来自更深的理解层次，超越了证据、推断、逻辑、理性和其他各种你用来确定某些事情的真假—— 从而确定它重要与否—— 的工具。有时候你只要一听就知道某件事很重要。就像测试银币真假那样。

这辈子我总是听信别人对我的评价。我改变我的行为，更换我的身份，以此来改变别人对我的评价，改变他们心目中的我。正如你刚才说的，我确实是通过别人来经验我自己。

大多数人都是这样的。然而当你达到大师境界，你将会允许别人通过你去经验他们的身份。这是判断你看见的人是否是大师的标准：大师是能够看到你的真实身份的人。

大师会让你找到你的自我，因为大师能够认出你。也就是说，大师认得你，再次认识你。你因而认出了你的自我。你再次认识了你的真实身份。然后你对别人也做同样的事。于是你变成大师，不再追求通过别人认识你的自我，而是选择让别人通过你认识他们自己。

所以我以前说过，真正的大师并非拥有最多学生的人，而是创造出最多大师的人。

我如何经验到这种真相呢？我怎样才能做到不再需要外界的认可，在内心找到快乐的源泉呢？

走进你的内心。要找到内心的东西，你要走进你的内心。如果不走进你的内心，你将会一事无成。

这句话你以前也说过。

是的，所有这些道理我以前都跟你分享过。所有这些智慧我都曾给过你。你以为我会不让你及时听到这些伟大的真相吗？我为什么要隐瞒这些东西呢？

你不仅在你以前和神的交谈中听过这些道理，在别的地方你也曾

听到过。如果说这本书有什么揭示的话，那就是所有道理都已经被揭示。

连你也已经被揭示给你的自我。这个揭示是神给予你的，它埋藏在你的灵魂深处。

只要你瞥见它，只要你经验到它，哪怕只是在电光石火的瞬间，你将会非常清楚地知道，没有身外之物能与心内之物相比，因外在刺激而起的感受根本无法与内在的极乐相提并论。

我再次告诉你，内心正是你的极乐所在之地。在那里，你将会再次忆起你的身份，再次经验到你无需你的自我之外的任何东西。

在那里，你将会看到你的形象，那就是我的模样。

终有一日，你对其他任何事物的需求将会结束，到时你终将能够真正地去爱，真实地去爱。

你这番话说得真是有力、优雅而犀利。我常常被你打动。但请你再次告诉我如何走进内心。我如何能够认识到自己完全不需要身外之物呢？

只要安静下来。在静寂中和你的自我相处。要经常这么做。每天都做这件事。如果可以的话，不妨每小时都做一下。

只要停止。停止你所有的行事。停止你所有的思维。只要短暂地进入“此在”的状态。哪怕只是片刻。那将会改变一切。

每日清晨为你的自我抽出一个小时。在那个神圣的时刻和你的自我相遇。然后开始你的一日。你的面貌将会焕然一新。

你说的是入定吧。

别受各种标签或者做事方式羁绊。那是宗教所做的。那是教条想做的。别给这件事创造标签或者成套的规则。

你说的入定，无非就是与你的自我相处—— 从而最终成为你的自我。

你可以通过很多方式来做这件事。有些人采用的方式就是你所说的“入定”—— 也就是安静地坐着。有些人采用的方式也许是在野外独自漫步。趴在地上拿着抹布擦石板也可以是入定—— 这个道理许多僧人已经发现。其他人，来自外面的人，走进寺庙，看到这个景象，心里想，这种日子多么辛苦呀。然而僧人内心深处是快乐的，是安详的。他并不想摆脱擦地板，他想再找一块石板来擦！再给我一块石板呀！再给我一块抹布呀！再给我一个小时，让我趴在地上，鼻子离地只有六寸。我会给你最干净的地板！在这个过程中，我的灵魂将会被擦拭干净。所有认为快乐需要灵魂之外的东西的想法都会被擦净。

劳役也可以是深深的入定。

好吧，假定我已经发现我不需要别人给我东西就能真正地快乐。这会让我变得与社会格格不入吗？

恰恰相反，这会让你更加融入社会，因为现在你清楚地知道，你不会有什么损失。会有损失这个想法最能阻止你们彼此相爱。

也是由于这个原因，你才会觉得爱我是很难做到又很可怕的事。你受到的教育是，如果你不在正确的时间以正确的方式本着正确的初衷来爱我，我将会生气。因为我是一个会妒忌的神，人们这么对你说，如果不符合我的心意，你以任何方式给我任何形式的爱我都不会接受。

没有什么比这种说法离真相更远，然而真相却未曾远离你的觉悟。

我不需要你任何东西，所以我不索取、不想要你任何东西，也不命令你给我任何东西。我对你的爱是没有条件、没有限制的。无论你爱我的方式是否正确，你将会回到天堂。你无法不回到天堂，因为没有别的地方可以去。所以你的永恒生命是得到保证的，你的永恒回报

是有保障的。

你在《与神对话》里说过甚至连做爱、经验性的狂喜也可以是一种入定。

是的。

但做爱的感觉不像是与自己相处啊。那是与别人相处的感觉。

那你并不知道处于真正的爱中是什么感觉。因为当你处于真正的爱中，房间里只有一个你。刚开始你会觉得你是与别人相处，但接下来你会经验到两人合为一体，变成了和自我相处的感觉。实际上，这正是整个性表达的目标，也是每种爱的目标。

你真是有问必答啊！

过奖啦。

另外两种爱的终结者，期待和妒忌，又怎么说呢？

哪怕你设法从你和别人的关系、你和我的关系中消除了需要，你也许仍摆脱不了期待。期待就是你认为在你生活里出现的别人应该以某种方式行事，他们的表现应该符合你的设想或假定。

和需要相同，期待也是致命的。期待削弱了自由，而自由是爱的本质。

当你爱某个人，你会给对方彻底的自由，让他们去做他们自己，因为这是你能馈赠给他们的最大礼物，爱永远馈赠最大的礼物。

这也是我给你的礼物，然而你无法想象我会把它送给你，因为你无法想象如此伟大的爱。所以你认为我肯定只给了你做符合我心意之事的自由。

是的，各种宗教也说，我给你们自由去做任何事，去做出你们想要的选择。然而我想再次问你：假如你们做出了我不希望你们做出的

选择，我就会不停地折磨你们，永远地诅咒你们，我算是给你们自由了吗？不算。我给你们的是能力。你们有能力做出想要的选择，却没有做出这种选择的自由。除非你们不关心后果。可是你们当然都是关心后果的。

所以你们构造出这样的理论：假如我准备奖励你们上天堂，那么我会期待你们以我的方式行事。你们将这称为神的爱。然后你们将彼此安置在这片相同的期待之地，并将其称为爱。然而这不是爱，这两者皆不是，因为爱从不期待任何东西，除非那是自由提供的，而自由并不认识期待。

当你并不要求某个人以合乎你心意的面目出现，那么你就能放下期待。期待消失之后，你便能爱他们的本来面目。但这要你先爱上你的本来面目才有可能。而这又以你先爱上我的本来面目才有可能。

为了做到这一点，你必须认识的是真实的我，而非你想象中的我。

所以与神为友的第一个步骤是认识神，第二个步骤是信任你认识的神，第三个步骤是热爱你认识和信任的神。这只要把神当成某个你认识并且信任的人就可以做到。

你能无条件地热爱神吗？这是个大问题。过去你也许思考过这个问题：神会无条件地爱我吗？但关键的问题是，你能无条件地爱神吗？因为你只能以你爱我的方式接受我对你的爱。

哇，这句话也很重要。我又想请你再说一遍。我不能让这句话白白溜走。

你只能以你爱我的方式接受我对你的爱。

我想这对人类的恋爱关系也是适用的。

当然啦。你只能以你爱别人的方式接受他们对你的爱。只要他们愿意，他们可以用他们的方式爱你。而你只能用你的方式接受他们的

爱。

你无法经验到你不容许别人经验的。

这将我们引到这次解答的最后一个要素：妒忌。

由于你们对神的爱是带着妒忌的，你们创造了神的爱也带着妒忌的神话。

等等。你是说我们妒忌你？

你以为神会妒忌这种观念是从哪里来的呢？

你们竭尽所能，想要独占我的爱。你们试图成为唯一的拥有者。你们凶神恶煞地宣称我是属于你们的。你们宣布我爱你们，而且只爱你们。你们是神的选民，你们是受神护佑的民族，你们的教会是真正的教会！你们非常妒忌这种你们授予给自己的地位。假如有人说神一视同仁地爱所有人，神接受所有信仰，拥抱每个民族，你们就会说那是对神的亵渎。你们说神只能以你们宣布的方式爱世人，以别的方式就是对神的亵渎。

萧伯纳曾经说，所有伟大的真理刚开始时都是对神的亵渎。

他说得对。

这种充满妒忌的爱并不是我爱的方式，然而这是你们接受我的爱的方式，因为这是你们爱我的方式。

这也是你们相爱的方式，它正在残杀你们。我是说真的。你们热衷于相互残杀、自我戕害，因为你们有各种妒忌的心理。

如果你们爱别人，你们会对他们说，他们必须爱你们，而且只能爱你们。如果他们爱别人，你们就会妒忌。但是这还没完。因为你们不仅妒忌别人，你们还会妒忌工作、爱好、子女，妒忌任何将爱人的注意力从你们身上引走的东西。你们有些人甚至妒忌猫狗或者高尔夫球赛。

妒忌有很多形式。它有许多面目。没有一个是漂亮的。

我知道。我曾深深地爱上一个叫做道恩的女人，有一次她让我感到妒火中烧，我对她表达了我的感受，她非常镇定地对我说：“尼尔，你这样不是很可爱哦。”

我永远不会忘记那句话。她直截了当地说出来，完全不带感情色彩，直陈事实。她既不反驳我刚说过的话，也不长篇大论地为她之前说的话辩论。她只是把这个想法摆出来。我立刻哑口无言。

道恩给了你一份伟大的礼物。

是啊，确实是。尽管如此，我还是很难克服妒忌的心理。就在我以为我终于摆脱它的时候，它又会出现。我觉得它好像在跟我玩捉迷藏，我连它在哪里都不知道。实际上，我发誓我没看到它。但紧接着它就会突然出现。

我想现在我经验到它的次数变少了，但如果我说我再也不会妒忌，那肯定是在说谎。

你正在克服它，这就够啦。你认出了它的本质，这是很好的。

但我如何摆脱它呢？我知道有些人已经彻底地摆脱它。他们是怎么做到的呢？我也想做到！

你是说你妒忌那些不会妒忌的人吗？听起来很滑稽耶。

聪明啊。你真聪明。你知道怎么做到吗？

我当然知道啦。不知道我干吗说这么多啊？

好啊，那答案是什么呢？

别再认为快乐取决于身外之物，你就能摆脱妒忌。别再认为爱是相互交换，你就能摆脱妒忌。别再试图独占别人的时间、精力、资源或者爱，你就能摆脱妒忌。

好吧，但我怎么做到这些呢？

为你的生活找个新的理由。要明白生活的目标与你从生活中得到什么无关，而与你为它付出了什么有关。这对关系而言也是适用的。

生活的目标是依照你对你的身份最远大的期许重新创造你的自我。它是宣布和成为、表达和实现、经验和认识你的真实自我。

这并不需要你的生活中有其他人—— 或者有某个特别的人——来做出什么贡献。所以你可以爱别人，却无需他们的任何东西。

因你爱的人去玩高尔夫球、或者在办公室工作、或者躺在别人的怀里而妒忌这种心理之所以会出现，只是因为你以为当你爱的人快乐时，你自己的快乐便会减少。

也可能是因为你的爱人永远陪着你，你才会快乐，对方要是去陪别人或者做别的事，你就会不高兴。

正是如此。

但是等一等啊。你是说，哪怕我们的爱人躺在别人的怀里，我们也不该妒忌吗？你是说出轨是可以的吗？

可以和不可以这种东西是不存在的。这些是你们捏造出来的标准。你们不停地创造它们，不停地改变它们。

有些人说这正是当今社会的问题所在：我们缺乏灵性责任和社会责任。我们总是根据不同的目标来改变价值观念。

你们当然是这样啦。生活就是这样的。如果你们不那么做，生活将无法继续。你们将无法取得任何进步。你们真的想要永久维持旧的价值观吗？

有些人是想的。

难道他们想要像几个世代之前那样，将女人吊在城市的广场，蔑

称她们为女巫？难道他们想要教会派遣士兵进行十字军远征，杀害成千上万不肯承认你们的宗教是正教的人？

但就你举的这些历史往事而言，人们的行为来自错误的价值观，而非旧的价值观。我们已经超越了那些行为啦。

是吗？你没有看到你们这个世界的近况吗？然而那是另外一个话题了。我们先来谈谈目前这个话题。

改变价值观是社会正在走向成熟的标志。那意味着你们正在成长。你们会不断地改变你们的价值观，是因为你们会收集新的信息，带来新的经验，提出新的观念，发现新的看待事物的方式，以及重新定义你们的身份。

这是成长的标志，而非不负责任的标志。

那么按照你的说法，允许我们的爱人躺在别人怀里，也是成长的标志咯？

不因之而失去安宁的心态，不因之而自暴自弃，不因之而自杀，不因之而杀人，才是成长的标志。所有这些事，人类都曾做过。哪怕是现在，也有人由于这个原因而杀害别人，而你们大多数人由于这个原因而杀死你们的爱。

好吧，我当然也不赞成杀人，但如果有人口口声声说爱你，却又躺在别人的怀里，你怎能不杀死你的爱呢？

因为他们爱别人，就意味着他们不爱你吗？他们必须只爱你，他们给你的才会是真爱吗？你是这么想的吗？

是啊，你说对啦！许多人都会这么说：是啊，你说对啦！

怪不得你们很难接受神一视同仁地爱每个人。

我们又不是神啦。许多人需要一定程度的安全感。如果缺乏安全感，如果爱侣没有提供安全感，爱马上就会死，不管你是不是想它

死。

不是的，死的不是爱。死的是需要。你们决定的是，你们不再需要那个人。其实是你们不想需要那个人，因为那种需要给你们带来太大的伤害。所以你们做出决定：我再也不需要你来爱我了。你走吧，你想爱谁就爱谁。我不跟你玩了。

事情就是这样的。你们杀死了需要。你们并没有杀死爱。你们有些人实际上永远忘不了爱。朋友会说你们旧情未忘。你们确实未曾忘记！那爱情的光芒，那激情的火焰，仍然在你们心里燃烧，明亮得连别人都看得见。但这种情况并不糟糕。这是应该的—— 结合你们自称的身份和本质，以及你们说想要的理想身份来看的话。

如果你忘不了你和某个人的旧情，就不应该爱上别的人，对吧？

你们为什么必须舍弃对一个人的爱，才能爱上另一个人呢？你就不能同时爱上不止一个人吗？

许多人不能啊。他们不能同时跟许多人有那种关系。

你是说性关系吗？

我说的是罗曼蒂克关系。作为生活伴侣那种。有些人需要生活伴侣。大多数人需要。

问题在于，大多数人混淆了爱和需要。他们认为那两个词，那两种经验，是互通的。其实并不。爱某个人跟需要这个人毫无关系。

你可以同时爱某个人和需要这个人，但你不会因为需要这个人而爱上这个人。假如你爱上某个人，是因为你需要这个人，那么你爱的根本不是这个人，而是这个人给你的东西。

假如你爱别人，是因为你爱他们，不管他们是否给你需要的东西你都爱，那么你的爱就是真实的。当他们确实没有你需要的东西，你就能真正地爱他们。

要记住，爱是不讲条件、没有限制和毫无需要的。我就是这么爱你们的。然而这种爱是你们无法接受的，因为这种爱是你们无法表达的。这是人世间的悲哀。

喏，由于你们说你们想要成为高度进化的生灵，你所谓的出轨是不可以的。那是因为它行不通。它不会让你们去往你们想去的地方。那是因为出轨意味着不忠，而在你们的灵魂深处，你们知道并理解，高度进化的生灵的一举一动无不是忠于真相的，是时时刻刻忠于真相的。真相不是他们说的话，真相是他们的本性。

要成为高度进化的生灵，你必须永远忠于真相。首先，你要忠于自己，然后忠于别人，然后忠于其他所有人。如果你不忠于自己，你就无法忠于任何人。因而，如果你希望你只爱某个人，却又爱上另外一个，那么你必须公开地、诚实地、直接地、清楚地、立刻地说出来。

这应该是可以被接受的吧？

没有人被要求须接受任何事情。在高度进化的生灵之间高度进化的关系里，每个人都在实践他们的真相—— 所有人都会说出他们正在经历的真相。如果有人遇到了某件事，他会直截了当地承认。如果有人觉得某件事不可接受，他会坦率地说出来。所有人会在所有时刻分享所有事的真相。他们把这当成庆典，而非允许。

真相应该是某种被庆祝而非被允许的东西。

然而你们无法庆祝你们被告知应当为其感到羞愧的真相。你们最经常被告知应当为其感到羞愧的，莫过于你们的爱的对象、方式、时间和原因。

你们被告知，你们要为你们的欲望羞愧，为你们的激情羞愧，为你们的爱羞愧，无论你们爱的是跳舞、奶油还是别人。

如果你们爱的是自己，你们被告知，那就更应该感到羞愧了。可是，如果你们被禁止去爱那个要付出爱的人，你们怎么可能去爱别人

呢？

这正是你们面对神时遇到的困境。

如果你们不爱你们的本质，你们如何能够爱我呢？如果你们无法看见并宣布你们的荣耀，你们如何看见并宣布我的荣耀呢？

我再次告诉你吧：所有的大师都宣布他们自己的荣耀，并鼓励别人也这么做。

只要踏上通往你们自己的真相之路，你们就踏上了通往荣耀之路。因此，只要你们宣布将会在所有时刻向所有人说出所有事的真相，而且将会实践你们的真相，你们就踏上了这条路。

在这条道路上，出轨并无容身之地。然而告诉某人你爱上别人并非出轨。这是诚实。诚实是最高级的爱。

我的神啊，你又来了。你又说了一句值得贴在冰箱上的格言。请你再说一遍好吗？

诚实是最高级的爱。

我希望我能记住它。

把它贴到你的冰箱上。

哈哈！看来只要诚实，躺在别人的怀里也是可以的。我的理解没错吧？

你这是去其精华，取其糟粕。

嗯，我们人类喜欢这么做。我们喜欢将伟大的真理简化为结论。然后我们就可以就这些结论进行争辩。

我明白啦。这是你的用意吗？你想在这里跟我争辩吗？

不是啦。我是真的想获取一些智慧，来指引我自己跌跌撞撞的人

生路。

那么你最好仔细听我说的每句话，并结合语境来理解我说的话，而不是对其进行断章取义。

我会纠正的。

别纠正。要听取建议。做错事的人才需要改正。寻找方向的人需要的是建议。

神给的不是纠正，而是建议；不是谴责，而是推荐。

哇，老兄啊……

我知道，我知道。又是一句值得贴在汽车保险杠上的格言。

是啊。这当然是！

你想贴多少汽车保险杠就贴多少。也可以印在短袖衫上。把这句话传出去。别退缩。拍电影，上电视。别为此感到羞愧！

当你努力想要得到爱，别为它而羞愧。把羞愧赶走，用欢庆来取代它。

……对于性爱，你们不妨也这么做。

先别扯太远啦，否则我们永远得不到我的问题的答案。你是说，只要坦诚相告，躺在别人的怀里也是可以的，对吧？

我是说，一件事情可以或不可以，取决于你怎样看待它。我是说，恋爱中的人们首先要明白正在发生的是什么事情，才能知道它可以不可以。

我是说，在高度进化生灵的恋爱关系里，就任何事情说谎都是无益的。我是说，说谎就是说谎，不管是有意还是无心。我说的是，全部真相被说出之后，你是否能爱一个旧情未忘或者另有新欢的人，取

决于你认为什么样的恋爱关系是最合适、最舒服的—— 而在大多数情况下，这又取决于你认为你需要从别人那里得到什么才会快乐。

我是说，如果你什么都不需要，你就能够无条件地、没有限制地去爱别人。你可以给他们彻底的自由。

是的，但这样一来，你和他们可能不会成为终身伴侣啦。

可能不会，也可能会。如果你达到大师的境界，你做出决定和选择的基础将会是你的真实感受，而不是别人的想法，也不是你所处的社会围绕终身伴侣建立起来的传统，更不是对别人的评价的顾忌。

大师给了他们自己做任何选择的自由—— 也给他们爱的人同样的自由。

自由是生活的基本概念和基础，因为自由是神的本质。所有以任何方式削弱、限制、束缚或者消灭自由的制度，都是有害于生活本身的制度。

自由并非人类灵魂的目标，而是它的本质。灵魂的本质是自由的。因此，缺乏自由是对灵魂的本质的违背。在真正达到光明境界的社会，自由不是被当成权利，而是被当成事实。它是某种自在的东西，而非某种被赐予的东西。

自由不是被赐予的，而是天赋的。

能够在光明社会观察到的现象是，所有生灵自由地彼此相爱，并以诚恳、真实和对当时而言适当的方式，自由地表达和展现彼此的爱。

至于哪种方式对当时而言是适当的，则由恋爱中的人们决定。光明社会不存在各种相关的法律法规、社会禁忌、宗教束缚、心理障碍、部落风俗、潜在规则，来规定人们可以在何时何地以何种方式爱上何人，或者不可以在何时何地以何种方式爱上何人。

然而以下是这种方式在高度进化社会行得通的关键。恋爱中各方必须决定现在爱会怎么做。如果没有取得对方或者其他各方的同意，一方不会因为他认为某件事很有爱而去做它。各方必须是成熟的大人，有能力替自己做出这样的决定。

这打消了你刚才想到的关于虐待儿童、强奸和其他形式的个人侵犯的疑虑。

假如我是第三方，另外两方认为某件事很有爱，但我并不觉得，那该怎么办呢？

那么你必须告诉其他各方你对这件事的感受，你的真实想法。然后依照他们对你的真实感受做出的反应，你再确定在你和他们的关系中，有哪些是你想要改变的。

但万一不是那么容易呢？万一我需要他们呢？

你越是不需要别人的东西，你就越能够爱他们。

你怎能做到不需要你爱的人的东西呢？

如果你爱的不是他们的东西，而是他们的人，那么你就能做到。

但那样他们就能践踏你啦！

爱别人不等于你必须不再爱自己。

给别人完全的自由，不等于给他们虐待你的权利，也不等于为了让别人过上他们想选择的生活，就要你自己画地为牢，过上你不愿选择的生活。然而给别人完全的自由，确实意味着不要对别人施加任何约束。

慢着。如果不对别人施加任何约束，你怎能阻止他们践踏你呢？

你是没有约束他们，但你约束了你自己。你约束的不是别人能够拥有的经验，而是你自己可以选择的经验。

这种约束是自愿的，所以实际上，它根本不是约束。它是对你的身份的声明。它是创造，是定义。

在神的国度，没有任何人或者任何事物是受到约束的。爱认识的只有自由。灵魂也是如此。神也是如此。这些词汇是可以互换的。爱、自由、灵魂、神。它们的属性是相通的。它们的本质是相同的。

你可以自由地在每个此刻宣称和公布你的身份。其实你正在这么做，哪怕你并不自知。然而，你并没有公布别人的身份的自由，也没有宣称别人必须怎么样的自由。这是爱不会做的。也是神不会做的—— 而神其实就是爱的本质。

如果你愿意宣称和公布你是一个需要独占别人的爱才会快乐、才会觉得舒服、才会认为合理、才会觉得有安全感的人，你有这么宣布的自由。你将会通过你在每个事件中的行动来展现这种自由；你的行动将会是你的宣言。

如果你愿意宣称和公布你是一个需要别人给你最多的时间、精力和关注才会快乐、才会觉得舒服、才会认为合理、才会觉得有安全感的人，你有这么宣布的自由。然而我要告诉你的是：假如你纵容你的自我宣言变成你对别人的妒忌，或者你对别人的朋友、工作、爱好或兴趣的妒忌，你的妒忌将会结束你的爱，也非常可能会结束别人对你的爱。

好消息是，对你的身份和你的理想身份进行定义，未必意味着你会妒忌别人，或者想要控制别人。那只是热诚地声明你的身份，声明你想要选择的生活方式。你对别人的爱会永远继续，哪怕你正在满怀爱怜地处理你们之间的分歧，哪怕你会因为这些分歧而改变你们的关系的本质。

你不必通过断绝关系来改变它。实际上，你无法断绝关系，你只能改变它。你永远和每个人存在着关系。问题不在于你是否有关系，而在于你拥有的是哪种关系。

你对这个问题的回答将会对你的生活产生永久的影响—— 而且实际上真的能够改变这个世界。

# Chapter 09

通过和你的对话，我了解到我的各种关系都是神圣的。它们是生活中最重要的因素，因为正是借助各种关系，我才能表达和经验我的身份，以及我的理想身份。

而且不仅是你和别人的关系如此，你和所有地方的所有事物的关系也是如此。你和生活的关系，你和生活中所有要素的关系，你和钱、爱、性、神（这是人类经验的四大基石）的关系，你和树木、花草、走兽、飞禽、风儿、空气、天穹、大海的关系，你和自然的关系，你和我的关系，莫不如此。

我和每样事物的关系决定了我的身份和本质。你曾经对我说，关系是神圣的基础。因为若是缺乏与其他事物的关系，我便无从创造、认识和经验我自己的任何属性。或者用你的话来说，若是没有非我，我也就无从存在。

你学得很好，我的朋友。你正在变成使者。

可是每当我试图向别人解释这个道理，他们好像都听不懂。这个道理有时很难诠释。

不妨试试那个白色寓言。

是哦，那让我恍然大悟。

请想象你身处白色的房间，墙壁是白色的，地板是白色的，天花板是白色的，没有角落。请想象有种无形的力量让你腾空而起。你飘浮在半空。你无法触碰任何东西，无法听到任何声音，你眼睛所见，皆是一片白色。你认为你自己的“存在感”能持续多久？

不会很久吧。我人是在那里，但我完全认识不到我自己。我很快就会脱离我的精神，丧失我的理智。

是的，你确实会那样。到时你真的会脱离你的精神。你的精神是你的组成部分，它所承担的任务是处理所有接收到的资料；如果没有资料输入，你的精神便会无事可做。

喏，在脱离你的精神的刹那间，你丧失了你自己的存在感。也就是说，你不再认识到关于你自己的任何东西。

你的个子是大还是小？你无从知道，因为你身外没有东西能够与你自己进行比较。

你是好人还是恶人？你无从知道。你到底在这里吗？你无从知道，因为那里没有东西。

你无法在你自己的经验中认识你自己。你可以将任何东西概念化，但你无法经验到它。

然后有件改变这一切的事情发生了。墙上出现了一个小黑点。就好像有人拿着水笔走过来，在上面点了一下。没有人知道黑点是怎么出现的，但这没有关系，因为黑点拯救了你。

现在有别的东西啦。有你，还有墙上的黑点。突然间，你又能做出一些决定了，又能拥有一些经验了。黑点在那里。那意味着你肯定在这里。黑点比你小。你比它大。你又开始定义你自己啦—— 依照的是你和墙上黑点的关系。

你和黑点的关系变得神圣了，因为它让你找回了你的自我感。

现在有只小猫走进了房间。你不知道这是谁干的，谁促成了这件事，但你满怀感激，因为现在你能做出更多的决定。小猫显得较为柔软。但你显得较为聪明。（至少在某些时候是这样！）它较为敏捷。你较为强壮。

更多的事物开始在房间里出现，你开始扩大你对自我的定义。然后你恍然大悟。唯有在别的事物之前，你才能认识你自己。这种别的事物就是非你。所以我才会说，若是没有非你，你也就无从存在。

你已经记住这个伟大的真相，你发誓再也不会将它遗忘。你张开双臂去欢迎你生活里的每个人、每个地方和每件事。你不拒绝它们，因为现在你明白，所有在你生活里出现的事物都是一种福气，让你有机会去定义你的身份，去认识你自己具有的身份。

可是如果我被独自放置在那白色的房间里，难道我的精神会搞不清怎么回事吗？难道它不会说“喂，我是在白色的房间里，没事的啦。放松点，别紧张”吗？

起初它当然知道怎么回事。但很快，由于再也没有输入的资料，它会不知道该想些什么。到最后，它会被那种白色，那种空洞，那种虚无，那种孤寂所征服。

你知道你们这个世界最大的惩罚手段是什么吗？

关禁闭啊！

对的。你无法忍受长期的独处。

在最惨无人道的监狱里，禁闭室甚至连灯光都没有。门是关着的，你会处在绝对的黑暗中。没有书可读，没有事可做，完全没有别的东西。

由于思维即是创造，你将会停止创造你的实在，因为你的精神必须有资料才能创造。你将精神的造物称为推论；当你的精神得不到任何推论时，你就会脱离它—— 你将会丧失理智。

不过呢，离开你的精神也未必是坏事。你所有的伟大创见都是你在离开精神的时候取得的。

真的啊？

莫非你认为你的创见来自你的精神？

嗯，我总是想……

这正是问题所在，问题就在这里！你总是想。不妨别再想啦！尝试进入此在的状态。

当你与问题同“在”，而非不停地思考它，最伟大的创见就会到来。这是因为，思维是一个创造的过程，而此在是一种觉悟的状态。

我不是很能理解。帮我解释吧。我还以为不能够思考才是问题所在呢。白色房间里那家伙可变疯了。

我没有说他变疯了，这是你说的。我说的是他脱离了他的精神。他不再创造他的实在，因为他没有资料。

喏，假如他长期不再创造他的实在，那确实成问题。但假如他只是短暂地这么做呢？在很短的时间内呢？这种“暂停”会给他带来帮助还是伤害？

这是个有意思的问题。

思维、话语和行为是创造的三个层次，对吧？

是的。

当你思考时，你是在创造。所有思维都是创造。

是的。

所以当你思考某个问题，你在追求的是创造出解决方法。

正是如此。这有什么不妥呢？

你可以追求创造出解决方法，也可以简单地领悟到那解决方法已经被创造出来。

还有呢？我们这些人很迟钝的，你能解释清楚吗？

你们都不迟钝！但你们有些人用的创造方法是非常迟钝的。你们总是试图通过思考来创造。这是可行的，我们已经证明过。但现在我

要告诉你新的道理。思维是最缓慢的创造方法。

别忘了，你的精神需要资料才能创造。你的存在则完全不需要任何资料。这是因为，资料是幻象。它是你构造出来的，而非本相。

要试图从本相而非幻象中进行创造。要从存在的状态而非精神的状态进行创造。

我努力想要跟上你，想要理解你说的话，但我又被你搞糊涂了。你走得太快啦。

你无法借助思考很快地找到答案—— 不管是什么问题的答案。你必须摆脱你的思维，把你的想法抛在身后，进入纯粹的存在状态。真正的创造者，真正伟大的问题解决者，当你把问题给他们时，他们总是会说："嗯……先让我一个人跟它在一起，让我好好想想……"难道你没听说过吗？

听说过啊。

很好，这就是他们的意思。你也可以这么做。你也可以当伟大的问题解决者。但如果你以为你能通过思考破解谜团，那你就当不了。不要这样！要成为天才，你必须脱离你的精神！

天才不是创造答案的人，而是发现答案早就有了的人。天才不是创造对策的人，而是找到对策的人。

这其实不是发现，而是重获！天才没有发现任何东西，他只是重新获得了失去的东西。那东西曾经丢失，但如今被找到。天才是记得所有你们已忘记的东西的人。

有件你们大多数人已经忘却的事情是，所有事物存在于永恒的此刻。所有对策、所有答案、所有经验、所有理解，均莫不如此。实际上，没有什么是你们必须创造的。你们只需要领悟到，你们想要的、追求的每样东西，都已经被创造出来。

这是你们大多数人已经忘记的事情。所以我曾派其他人来提醒你们：“甚至在你们求之前，我便已回应。”

我对你说的这些话都是事实。可是呢，你无法通过思考这些话而领悟它们。领悟是思维无法达到的境界。

领悟是一种存在状态。因此，假如生活中有某些事让你感到困扰，你必须别在意它。当你遇到问题，别在意它。当你被负面的现象、负面的力量和负面的情绪包围，别介意。

在意它等于服从它！你明白了吗？你受它控制，因为你在意它。别像小孩在意父母那样。别在意某件事，就是别老在你的精神中纠缠着它。要脱离你的精神。

别忘了，人类的第一属性是存在，而不是思考。因此，要进入此在的状态。

你在说什么啊？我不知道这到底是什么意思！

你现在处于什么状态？

生气。我很生气，因为我完全听不懂你这通废话。

哈哈，看来你确实知道你的状态。

没有啦，这是我的感受。我觉得我很生气。

那么这确实是你的状态。你的感受就是你的状态。感受是灵魂的语言，难道我没跟你说过这句话吗？

说过的，但我不明白它可以用在这里。

很好。现在你处在更明白的状态了。

是的，有一点吧。

你听清我刚才说的话吗？

什么话？

我刚才说，现在你处在更明白的状态。

你到底想要跟我说什么呢？

我要对你说的是，在每个此刻，你都处于某种存在状态。你的感受会准确地说出你的状态。你的感受永不说谎。它们不知道如何说谎。它们会准确地说出你在任何时刻的状态。你只要改变你的状态，就能改变你的感受。

是吗？要怎样才能做到呢？

你可以选择进入不同的状态啊！

好像不可能吧。我的感受就是我的感受。我无法控制它。

你的感受对应着你的状态。你可以控制它的。我正要告诉你怎么控制。“存在”是一种你把自己放进去的状态，它不是一种反应。“感受”是一种反应，但“存在”却不是。你的感受是你对你的存在的反应，但你的存在却不是对任何事物的反应。它是一种选择。

我选择着我的存在状态？

是啊，是这样的。

那我怎么会没有领悟到呢？我好像没有领悟到这个道理。

绝大多数人都没有领悟到。因为绝大多数人已经忘记他们正在创造他们的实在。但你忘记了你正在做这件事，并不等于你没有在做这件事。那意味着你只是不知道你在做什么而已。

所以耶稣才会说：“父啊，原谅他们吧，因为不知道他们在做什么。”

正是如此。

可是，既然我不知道在做什么，我又怎么能够做别的事情呢？

现在你确实知道你在做什么了啊。这是这套对话录的目的。我来这里把你唤醒。现在你醒悟啦。你是醒悟的。觉悟是一种存在状态。你处在觉悟的状态里。有了这种觉悟的状态，你可以选择其他存在状态。你可以选择明智或者美好。你可以选择慈悲和体贴。你可以选择耐心和宽宏。

我能选择快乐吗？

能啊。

怎么选呢？我怎样才能做到呢？

别去做它。只要进入它就可以。别试图通过“做事”来快乐。只要选择快乐的状态，你做的每件事都将会是快乐的。你的存在状态是你做的事情之母。要永远记住这个道理。

但我如何能选择快乐的状态呢？快乐不是某种发生的事情吗？难道我不是因为某些事情正在发生或者将要发生才会感到快乐的吗？

不是的！快乐是某种当事情正在发生或者将要发生时你选择的东西。你可以选择快乐的状态。难道你不曾见过两个人对相同的境况做出截然相反的反应吗？

当然见过。但那是因为那种境况对他们的意义并不相同。

事物的意义是由你决定的！它的意义是你给它的。除非你确定某样事物的意义，否则它根本就没有意义。要记住这个道理。事物是根本没有意义的。

意义发轫自你的存在状态。

在任何时刻，你可以选择快乐，可以选择悲伤，也可以选择愤怒、宽慰、原谅或怅然，随便什么都可以。做出选择的是你。是你，而不是你的身外之物。你的选择权是很大的。

喏，这里有个伟大的秘密。你要选择存在的状态，既可以在事情发生之后，也可以在事情发生之前。因而，你可以创造你的经验，而非仅仅是拥有它。

其实此刻你就在这么做。无时无刻不这么做。然而你也许是无意识地这么做。你可能会像梦游者。如果是这样，那么是时候醒来啦。

可是呢，当你不停地思考时，你无法彻底地醒悟。思考也是处于梦境的一种方式。因为你思考的无非是幻象。这是没问题的。因为你生活在幻象之中，你把自己放进幻象里，所以你可以对它进行思考。但要记住，思维创造实在，所以如果你创造出来的实在是你不喜欢的，那么别再想着它！

所以莎士比亚才会说：“事物本身不是邪恶的，纯粹是思维使然。”

正是如此。

所以每隔一段时间彻底停止思考是有益的。这样你就能接触到更高级的实在，就能打破人世的幻象。

我怎能停止思考呢？我好像一直在思考啊。我甚至还在思考这句话！

首先，请进入安静的状态。顺便说一句，请注意我说的是进入安静的状态，我并没有说让你考虑安静下来。

哦，很好。我感觉非常好。

好的。喏，进入安静的状态之后，你会发现你的思维至少缓慢了一点。它开始减速。现在开始思考你正在思考的东西。

你说什么？

你有听到的啦。开始思考你的思维正在走向哪里。然后阻止你的思维达到那里。专注于你的思维。思考你正在思考的东西。这是通往

大师境界的第一步。

哇。听得我头昏脑涨的。

就是要你头昏脑涨啊。

不是啦，我的意思是……

是的，就是这样的。你只是不知道而已。这其实就是要让你头昏脑涨，让你离开你的精神。

喏，如果有人看到你这种脱离精神的状态，他们也许会问："你丧失理智啦？"你可以这样回答："是啊！这不好吗？"因为你的精神是你的感官信息处理器，离开它之后，你停止对所有输入资料的分析。这时你思考的是你正在思考的东西。你开始专注于你的思维，很快你所专注的思维将会变成虚无。

我怎能专注于虚无？

首先，专注于某样具体的东西。你无法专注于虚无，除非你刚开始时专注于某样东西。这里遇到的问题在于，精神总是同时关注许多事情。它不停地接受发自上百个不同来源的输入资料，并以超过光速的速度分析这些资料，将有关你自己、你遇到的事和你周围环境的信息发送给你。

要专注于虚无，你必须彻底消除这种精神噪音。你必须控制它，限制它，最终消灭它。你想要专注于虚无，但首先你必须专注于某样具体的东西，而非同时关注所有东西。

所以你要专注于某样简单的东西。你可以从闪烁的烛火开始。凝视蜡烛，凝视火苗，看看你都看到些什么，深深地凝望它。与那烛火同在。不要思考它。要与它同在。

不久之后，你的眼睛就会想闭起。你的眼皮会变得非常沉重。

这不是自我催眠吗？

尽量别用标签。你知道吗？你又来了。你正在思考这件事。你正在分析它，想要给它一个名字。思考某样事物会让你无法与它同在。当你做这件事时，别思考它。只是去感受这种经验。

好的。

喏，假如你觉得你想闭上双眼，那你就闭上。别思索。只要让它们自行闭上就好。只要你不挣扎着要它们睁开，它们会相当自然地闭上。

你正在限制你的感官输入。这是很好的。

现在，开始聆听你的呼吸。专注于你的呼吸。尤其是要听你吸气的声音。聆听你自己让你不再听到别的声音。伟大的观念会在这种时刻出现。聆听你吸气的声音，其实就是聆听你的灵感。

我的神啊，你是怎么做到的？你怎么总是能说出如珠的妙语？

嘘……安静点。别再思考这个！

现在专注于你的内观。因为一旦有了灵感，它就能给你带来强大的“内视力”。专注于你的内视力所在的地方，就在额头的中间，两眼之上。

就是所谓的天眼？

是的。把你的注意力集中在那里。深深地凝望那里。别怀着见到某些东西的期待去看。请凝望着虚无。与黑暗同在。别试图看见任何景象。请放松，并满足于这种空白的安详。空白是好的。创造唯有在虚空里才能出现。然后，请享受那种空白。请别无期待，也别无所需。

我们怎样应付那些不断冒出来的念头呢？大多数人能有三秒钟空白就够幸运的啦。你能谈谈如何处理那些不断冒出来的念头吗？初学者尤其需要你的指点。初学者会非常沮丧，因为他们无法让精神平静

下来，并获得你提到那种空无。这对你来说可能轻而易举，但我们大多数人觉得很难。

你又在思考这件事了。我邀请你别再思考它。

如果脑海里不断有念头冒出来，你只要看着它们就好，接受这种情况。念头出现时，你不妨与它拉开距离，观望它的出现。别去思考它，只是看着它。别去思考你正在思考的东西。你只要与它拉开距离，并观望它。别去评判它。别因为它而感到沮丧。别开始跟你自己谈论它，比如："唉，又来了。我总是有很多想法啊！我什么时候才能什么都不想呢？"

不断抱怨会让你无法达到那种什么都不想的境界。当某个思维出现，当某个没有具体内容、和当下毫无关系的思维出现，只要观望它就好。观望它，祝福它，让它成为这个经验的一部分。别纠缠着它不放。它属于行进中的队列。让它过去。

对声音和感受也要这样。你也许已经发现，当试图经验彻底的寂静时，你听到的声音之多是前所未有的。你也许已经发现，当试图以最舒服的姿势坐着时，你浑身上下没有一个地方是舒服的。对这种情况，你只要观望就好。你不妨与它拉开距离，冷静地旁观它的出现。要将这种情况容纳进你的经验。但别纠缠着它不放。它属于行进中的队列。让它过去。

就拿你刚才提出的问题来说。它只是一个你心里的疑问。它是冒出来的念头。它属于行进中的队列。让它过去。别试图回答它，别试图解决它，别试图弄清它。就随它去。让它成为行进中的队列的一部分。然后让它过去。要记住，你不必对它做些什么。

这样你将会找到极大的安详。太轻松啦。没有想要的东西，没有待做的事情，而且除了你当前所处的这种状态，没有其他要进入的状态。

就这样。顺其自然。

但要继续观望。不是紧张地观望，也不是满怀期待地观望。而是温柔地观望。不需要看到任何景象，但准备看到任何景象。

喏，当你第一次这么做的时候，或者当你第十次、第一百次、第一千次这么做的时候，你看到的景象也许是一团闪烁的蓝色火焰，或者一道舞动的光芒。起初它可能一闪而过，然后会在你的视线中稳定下来。陪伴它。融进它。如果你觉得你的自我与它融合，要顺其自然。

这种情况发生之后，其他的就都不必说啦。

这种蓝色的火焰、这种舞动的光芒是什么？

那就是你。那是你的灵魂的核心。那是围绕着你、穿透你的能量，那就是你。请跟你的灵魂打个招呼。你刚刚发现了它，终于发现了。你刚刚经验到它，终于经验到了。

如果你与它融合，如果你与它化为一体，你将会认识到一种高洁圆满的欢乐，那就是你所说的极乐。你将会发现，你的灵魂的本质，就是我的本质。你将会和我化为一体。也许只是在短暂的瞬间。只是在电光石火的刹那间。但那已足够。在那之后，其他一切都将变得不重要，一切都将变得不同，你所处的客观世界没有任何东西能与之相提并论。到这个时候，你将会发现，你不需要任何身外之物，不需要任何人。

这听起来怪吓人的，从某种程度上来讲。你是说，到时我再也不想与别人相处吗？我再也不想爱任何人，因为我在内心发现的东西，是他们无法给予的吗？

我可没说过你不会再爱任何人或者任何身外之物。我说的，你将会不需要任何身外之物，不需要任何人。我要再次指出的是，爱和需要是两回事。

假如你真的经验到我刚才描述的那种内在合一的经验，结果将会和你担忧的截然相反。到时你不是不想与任何人相处，而是想与每个

人相处—— 你第一次有了全新的理由。

你将不再试图通过与别人相处来得到他们的东西。你将会渴望把东西送给他们。因为你将会衷心地希望与他们分享你在内心发现的经验—— 那种合一的经验。

你将会努力和每个人产生这种合一的经验，因为你会认识到，这是你的存在的真相，而且你想要在你自己的经验中认识这个真相。

到时你将会变成“危险分子”。你将会爱上每个人。

是啊，那是蛮危险的，因为在我们人类已经创造的生活中，和每个人都有合一的感受会给我们带来很大的麻烦。

可是你现在知道原因啦，你可以避免这些麻烦。

嗯，是的，我现在确实知道需要、期待和妒忌真的是伟大的爱之终结者。可是我仍然不知道如何将它们从我的生活中消除，因为我不懂得诀窍。知道不要再那么做是一回事，但知道如何才能不再那么做是另外一回事。

这就要靠你和我的友谊啦。

与神为友让你能够“懂得诀窍”—— 不只是摆脱需要、期待和妒忌的诀窍，还有处理一切生活问题、获取历代智慧的诀窍。

你和我的友谊也将会让你能够实践这种智慧，让你去使用它，发挥它的实际用途，对你的生活发挥功效。认识某样东西是一回事，有能力使用你对它的认识又是一回事。拥有知识是一回事，拥有智慧又是一回事。

智慧是得到应用的知识。

我会告诉你如何应用我已经给你的所有这些知识。我一直都在告诉你。可是如果我们成为朋友，你会比较容易听进去。到时我们就真的可以肝胆相照、携手共进啦！

我们在这里谈论的是你和神之间真正的友谊。不是那种虚情假意的友谊，不是那种各怀鬼胎的友谊，不是那种可有可无的友谊，而是一种重要的、有意义的、亲密的友谊。

我正在告诉你建立这种友谊的各个步骤。前三个步骤是：

1. 认识神。

2. 信任神。

3. 热爱神。

现在我们要看的是第四步：拥抱神。

拥抱神？

是的，拥抱神。靠近神。

这正是我们刚才讨论的。我们一直在讨论如何接近神。

我愿意那么做。我愿意接近神。我向来愿意靠近你的。我只是不知道如何靠近。

现在你知道啦。现在你知道有一种很好的方法。那就是每天抽出少数宝贵的时刻，在静默中和自我相处。以这种方法开始，对你来说可能是最有益的。

当你陪伴着自我—— 真正的自我，你就是陪伴着我，因为我和自我是一体，而自我和我也是一体。

正如我以前对你说过的，能够做到这一点的方法有许多种。我告诉你的是其中一种，我只是描述了其中一种，但还有别的方法。通往自我的道路不止一条，通往神的道路也不止一条，这是世界上每个宗教都应该理解和传授的道理。

发现你的自我之后，你也许会想要离开自我，去创造新的世界。

为了创造新的世界，你要将心比心地去对待别人。要推己及人地去看待别人。

所以《圣经》上说：“不要对别人做你不愿意他们对你做的事。”

正是如此。去拥抱别人吧，就像你想要拥抱我那样，因为当你拥抱别人，你就拥抱了我。去拥抱整个世界吧，因为整个世界都体现了我的身份和本质。

别拒绝人世间的任何东西，也别拒绝任何人。可是虽然你在人世中，人世也在你心里，要记住你比它更大。你是它的创造者，因为你既经验着你自己的实在，也创造着它。你和我一样，既是造物主，也是造物。

我是“依照神的形象和模样”被造出来的。

是的。在任何时候，你可以选择造物主会有的经验，也可以选择造物会有的经验。

我可以选择“在人世之中，但不属于它”。

你学得很快，我的朋友。你正在吸收我给你的知识，并将它转变成智慧。因为智慧就是得到应用的知识。你正在变成使者。我们开始以一个声音发言啦。

和你成为真正的朋友确实意味着和所有人、所有事物—— 包括每种境况—— 成为朋友。

是啊。

要是有个人或者有种境况，是你不愿意你的生活继续受其影响的呢？要是有个人或者有种境况，是你觉得你很难去爱，你自己很厌恶的呢？

厌即是恋。

要记得这个道理。

那么对策是什么呢？

爱。

爱？

没有爱化解不了的境况和问题。这并不等于你必须受人虐待。这我们以前讨论过的。这只意味着爱—— 对你自己的爱、对别人的爱—— 永远是对策。

没有爱不能疗愈的人。没有爱不能拯救的灵魂。其实也没什么需要拯救的，因为爱就是每个灵魂的本质。当你把别的灵魂的本质送给它，你让它找到了它自己。

我早就说过你是这么对待我们的啊！这已经变成了我的基金会的使命。我给我的基金会定下的使命就是：让人们找到他们自己。

你以为这是偶然的吗？

我觉得我现在比以前清楚一些了。

也许是吧。

没有偶然的事情，对吧？

对的。

我进入广播业不是偶然，我到南部生活不是偶然，我在那个全黑人电台找到工作不是偶然，我和《首府晚报》的杰伊·杰克逊的相遇不是偶然。这些全都是非常不偶然的事情，对吧？

对的。

这在我第一次遇到杰伊时就明白了。我们好像有命中注定的缘分。我无法解释，但在我踏进他的办公室的刹那间，我确实有那种感

觉。是的，我当时很紧张，因为我特别需要一份工作。但我坐下来之后，立刻就知道这事完全是没有问题的。

杰伊是个很棒的人。随着我对他的了解越来越深，我发现他很有同情心，对世道人心有深刻的了解，待人极其友好，而且特别和善。大家都爱他。

杰伊看得见每个人的优点。他给每个人机会。然后再给第二次、第三次机会。替他做事真是太美好了。你要是做了漂亮的事，他不会视而不见。你会立刻收到一张纸条，上面总是用水笔写着“那篇预算的报道写得很好”，或者“对修女的访谈太棒啦”。这些纸条接二连三地从他的办公桌飞出；每天编辑室里都会有很多。

我热爱杰伊，当他英年早逝时，我简直不敢相信。

我估计他去世时才四十来岁，好像是因为某种胃病。也可能是更严重的病，反正我不清楚。我只知道在我和他共事的最后几个月，他只能吃流食。主要是婴儿食品。或者是麦片。那是他唯一能下咽的食品。

当时我们在的那家报纸叫《安妮·阿伦戴尔时报》。《首府晚报》已经被收购，杰伊和他的父亲、兄弟联手，收购了另外一份小报，将其打造成周报，发行范围覆盖整个安妮·阿伦戴尔郡（安纳波利斯是该郡的首府）。我尚在《晚报》上班时，杰伊打电话来，请我去当《时报》的创始执行主编。我花了两秒钟就答应了。

我在第一家报社接受了广泛的教育，但在第二家报社，我学到了更多的知识。这家报社规模要小得多，员工也很少，什么事都要我亲力亲为。我学会了排版设计。

我也是这份报纸的摄影师（我不得不很快地学会使用相机，甚至学会了冲印相片）和首席记者（其实也是唯一的记者）。我还学会了如何在压力下工作，因为报纸的截稿时间和出版时间是雷打不动的。

我希望你从这个故事了解到的是，我发现了许多连我自己都不知

道我有的才能。我还发现，只要给自己施加压力，我就能召唤来这些才能。这是很重要的信息。这是来自上天的通告。神告诉了一句我后来说过无数遍的话：生活从你的自在地带结束处开始。

这句话我以前说过，我愿意再说一遍。别害怕你的生活有压力。要把手伸向你碰不到的地方。这在刚开始的时候可能有点吓人，但你很快会喜欢的。

对我来说，我爱压力。压力让我变得更好。我总觉得压力不够大。杰伊了解我。他知道我有这种特性，并将其在我身上显露出来。年轻时，我总是患得患失，但杰伊知道我的本性。他让我找回我自己。所有大师都做这件事，这是他们送出的最伟大的祝福。

我突飞猛进，因为我得到杰伊的指引，得到他那坚定而温柔的教导，也受他那种“凡事皆有可能”的领导思想影响。实际上，我很快吸收了这种思想，将它变成我自己的。它和我父亲教过我的道理——“只要你有决心，你想做什么都能做到”—— 不谋而合。也跟我母亲说过的话—— “有决心，就会有办法”—— 如出一辙。

就像我刚才说的，杰伊那么年轻就死了，我真的很震惊。我并不认为好人就应该早死。

他的任务已经完成。

我知道。现在我知道了。但那时我并不理解。我大惑不解，又很伤心。如果这就是好人得到的回报，那做人有什么意思呢？这是我想不通的疑问。当年我甚至不确定有没有来生这回事。我不知道死后是否会转生。杰伊的死震动了我。它促使我认真地考虑这个问题。

那你找到答案了吗？

找到了。杰伊下葬那天，我得到了我的答案。

是怎么得到的呢？

杰伊亲自给了我答案。用两个字。在墓地里。用他自己的声音。

# Chapter 10

墓地也许不太像是能够得到启发的地方，但我就是在那里得到的。虽然只是吉光片羽。

我去安纳波利斯的圣安妮教堂参加杰伊的葬礼，但我去晚了，发现所有位子坐满了人。城里肯定有半数人都出席了，我不知道为什么，但就是觉得和这么多吊唁者在一起不自在。或许是我想要和他私下相处吧。我刚失去了一位非常好的朋友。当时我们已经是好朋友。他就像我的兄长。

我离开教堂，想好当天晚些时候，再到坟前为他办一场个人的祭奠，我要独自跟他道别。两个小时后，我估计大家都去过墓地并已离开，于是走进了圣安妮公墓。我猜得没错。那里空无一人。我开始寻找杰伊的坟墓，以便跟他道别。可是我找不着他的坟。到处都找不着。我看过一排又一排的墓碑，但看不见“埃尔默·（杰伊）杰克逊二世”。我重新检查了一遍。还是没有找到。

我变得有点沮丧。也许我本应参加完整个葬礼。我走错墓地了吗？我刚才没仔细看吧？我真的想要跟杰伊说再见。我真的想要这个时刻。这时天空飘起细雨。疾风劲吹而来，看上去风暴即将来临。“喂，杰伊，”我心里大喊，“你在哪里啊？”

就像有时候，你在交通灯前面停车，你想要红灯变成绿灯，但它就是不变，然后你心里会大喊：“喂，快变啊，该死的。”我当时的心情也是这样的。你真的不会想到红灯会立刻应声变成绿灯。你真的不会想到你的话会在墓地得到回应（实际上，你觉得不会最好）。

嗯，我的话得到回应了。那把我吓得够呛。

“这里。”

他只说了这两个字。但那是他的声音，杰伊的声音，像钟声那样

清脆和清晰。声音是从我背后发出的，我赶紧转过身，由于转得太快，鞋子差点脱脚而出。

后面什么人也没有。什么也没有。

但我可以发誓我听到了杰伊的声音。

然后我又听到他了。

“这里。”

这次声音来自远处，就在我的正前方，在前面一座小丘那里。我不寒而栗。那是杰伊的声音。说话的肯定不是某个口音像杰伊的人。那就是杰伊。

但那边没有人。后来我想可能是有个守墓人无意走进来。也许他看到我在寻觅，猜测我是在找一座新坟。也许他是某个声音确实像杰伊的人。

但周边没有人。我真的希望周边有人。真的。因为这个声音不是我想象出来的。这是我听到的，就像我自己的心跳声那样响亮而清楚。

我冲向那个小丘。也许有人在背面，我从这里看不到他，我推测着。我站到小丘的顶端，四下环顾。

没有人。

然后我又听到那声音—— 这次很柔和，那两个字是轻轻地说出来的，仿佛杰伊就在我身后。

“这里。”

这次我慢慢地转过身。老实讲，我很害怕。但害怕很快变成惊奇。杰伊的墓碑就在前面。我就站在他的坟上。

我赶紧跳下来，就像脚底踩的是鳄鱼那样。“对不起！”我道歉说。我不知道我当时是在跟谁说话。

不，我是知道的。我在跟杰伊说话。我知道当时他就在那里。我知道他在“死亡”之后还活着，将我叫到他的坟前，私下跟我做最后的告别。

我泪水盈眶。我坐在地上，休息了片刻，让呼吸平复下来，望着刚刚刻在大理石上杰伊的名字。我等他说点别的。但他没说。

“好吧，”片刻之后我说，“死的感觉怎么样？”

我是想让气氛变得轻松一些。但我看到远处的闪电。风暴越来越近了。

“听着，杰伊，”我心里说，“我想谢谢你帮了我那么多忙，谢谢你对大家那么好。你给很多人带来了很大的启发。你和蔼而体贴地关照过许多人的生活。我只是想对你说谢谢。我会想念你的，杰伊。”

我开始默默地抽泣。然后我接受了杰伊和我最后的交流。这次不是以话语的形式。那是一种感受。那是一种袭遍我全身的温馨感受，就好像有人用毛毯披上我的肩膀，并轻轻地捏着我的手臂。

我无法形容得更详细。那是无法言喻的。反正那时我知道杰伊会好好的，他会好好的，我也会好好的。我明白当时一切都是完美的。事情本来就应该是这样。

我站起来。“好的，杰伊，我懂啦，”我微笑着说，“凡事皆有可能。”

就在我转过身、走下小丘时，我发誓我听到了一阵开心的笑声。

你们俩在那里分享了一段美好的时光。谢谢你们。

当时他是在的，对吧？我确实听到他说话，对吧？他也听到我的话。

是的。

死后还有生命，对吗？

生命是永恒的。死亡并不存在。

我很抱歉我居然会有这个疑问。现在我不应该怀疑这些事情。

是吗？

是的。真正的大师，比如佛陀、奎师那或者耶稣，是从不怀疑的。

那耶稣为什么会说："圣父啊，你为何抛弃我？"

这……嗯，我不知道。我不知道这句话是什么。

是怀疑，我的孩子。那就是怀疑。虽然只是片刻，虽然只是刹那间。所以要明白这个道理，我的朋友：每个大师都去过客西马尼园。她在那里提出每个大师都有过的疑虑。这是真的吗？这是我杜撰出来的吗？神真的愿意我饮用他的杯中酒吗？或者我的唇将碰不到他的杯？

有时候我是会有这些疑虑，我也不羞于承认。

我知道，如果你不是正在和我对话，这对你来说会比较轻松。会轻松很多。你可以放下所有这些，抛弃所有这些—— 所有这些你为了把消息带给人类、为了协助改变世界而不得不承担的责任，所有这些你为自己招来的、把你的生活放到聚光灯下的公众关注。

然而，我知道你愿意继续前行。你愿意你的生活出现所有已经发生的事情，所有将你带到此刻的事件。

为了替这个你给自己定下的任务做准备，你被给予了完美的母亲和完美的父亲，完美的家庭环境和完美的童年。

你被给予了极强的交流才能，以及培养这些才能的机会。你在正确的时间被安置在正确的地点，也被给予了以正确的方式与你相处的其他人。

正是由于这个原因，你才会遇到杰伊·杰克逊，他才会对你的生活产生如此巨大的影响。正是由于这个原因，你才会和巴尔的摩的黑人、美国南部的白人、土生土长的非洲人和厄瓜多尔人成为同事。正是由于这个原因，你才会和许多人成为朋友，并进行有意义的交流，这些人既包括生活在外国体制下一无所有的、受尽压迫欺凌的、惶惶不可终日的贫民，也包括生活在你自己的国家的、世界闻名的电影巨星、电视明星和政治领袖。

你遇到的事情都不是偶然的，没有碰巧发生的事情。这一切都是被召唤而来的，以便你能经验并认识你选择要经验和认识的，以便你能经验你对你的身份曾有过的最远大期许。

那么，我认为我和乔伊·阿尔顿的相识也不是偶然的。

你是对的。

你知道有朝一日我会需要彻底了解政治领域，这样才能以各种有效的方法把你的消息传遍全国—— 其实是全世界。

知道这回事的人是你。你向来知道你想要把新的希望带给世人，你深深地明白，政治和宗教这两个领域必须发生变化，新的希望才有可能诞生，才有可能延续。

从孩提时代起，我就一直对政治很感兴趣。碰巧的是（咳咳），我父亲在当地政坛浸淫了大半生。他替许多候选人工作，所以他设法结识了那些当官的人，我们家总是挤满了法官、市级议员、竞选顾问和警察局长；其中许多人经常和我爸打牌。

十九岁那年，我到安纳波利斯之后做的第一件事就是结识市长乔伊·格里斯康和郡警察局长乔伊·阿尔顿。由于在当地的广播电台工作，我名义上是“新闻界”的成员。所以我要认识这些人不是太难。况

且我还能给他们好处—— 在广播电台上替他们做宣传。我替这两位乔伊做了许多宣传。

我遇到乔伊·阿尔顿之后不久，他代表我们区参选州议员，并顺利当选。我非常喜欢乔伊，大多数人都喜欢他。他是以压倒性优势胜选的，后来安妮·阿伦戴尔郡有些市民催促州政府授予该郡自治的权利，乔伊·阿尔顿被拥戴为运动的领袖。我也参与到这场自治运动中去，大获全胜之后，乔伊·阿尔顿被推举为该郡的首任行政长官。

几年后，我回到《安妮·阿伦戴尔时报》工作，有一天乔伊·阿尔顿打电话来。

他喜欢我对郡政府的报道，当时他正在竞选下一任的行政长官，需要有人来帮他打点新闻界的关系。但他的电话不是打给我的。电话是打给杰伊的。

我估计他是不想得罪这家本地周报的老板，所以在给我工作之前，要先问问杰伊。那天下午，杰伊走进我的办公室—— 当时离他去世大约三四个月。他说：“你的朋友乔伊希望你去帮他竞选。”

我的心怦怦地跳起来。我总是得到这些令人难以置信的良机。它们总是从天而降。杰伊看出我的兴奋。“我猜你会去的，对吧？”

我不想让他失望。“如果你真的需要我，我不会去的，”我说，“你向来很照顾我，我欠你人情。”

“别这么说，你不欠我的，”杰伊纠正我，“你只欠你自己的。如果你能得到某样你想要的东西，又不会给别人造成伤害，那么去追求它是你对自己的责任。把办公桌收拾好，你去吧。”

“现在？”

“为什么不呢？我能看到你的心在那里，把你留下、让你数算着还有多少天就能去那边有什么意义呢。所以你赶紧去吧。”

杰伊伸出他的手，我握住了。“我挺高兴的，”他笑着说，“从小记者变成执行主编。你这趟旅途很不错的。”

“是啊。”

“我们也沾光啦。谢谢你带上我们。”

“不，谢谢你带上我，”我哽噎着说，“谢谢你给我机会。在你聘用我的时候，我真的需要那份工作。我永远不会忘记的。我不知道该如何报答这样的恩情。”

“我知道，”杰伊说。

“怎么报答呢？”

“把它传给别人。”

这就是他的为人。我怎能离开这个家伙？我怎能抛弃这份报纸？杰伊看到我的表情。“别想啦，”他说，“把你的东西收拾好，赶快离开这里。”

说完他就走了。他就这样走出我的办公室，走到门外的街道去。但在离开时，他头也不回地说：“别回头看，朋友。永远不要回头看。”

那是我最后一次见到他。

他给了你很好的建议。

是吗？我们不该回头看吗？回头看没有什么好处，对吧？

他的意思是“别瞻前顾后”。前进吧，别瞻前顾后、左思右想、犹豫不决。生活在你的前方，不在你的后面。事情做过就是做过了，你没办法改变它。但你可以前进。

是的，可是难道人不可以后悔吗？

只要你别混淆后悔和愧疚就可以。它们不是一回事。后悔是你宣称你没有展现对自己的身份的最高想法。愧疚是你认为你再也不配去这么做。

你们的社会和宗教灌输给你们的愧疚是这样的：它要求你们受到惩罚，而且没有洗心革面的希望。然而我要告诉你：生活的目标是时时刻刻依照你对你的身份曾有过的最远大期许重新创造你自己。

在这个过程中，我会和你联袂，成为共同创造者，看看你要去哪里，看看你给自己选定了哪条路，并提供各种工具，让你能准确地经验到你想经验到的东西，准确地创造你需要创造的东西。所有这些都是你和我共同召唤而来的。

那么这算是谁的“意愿”呢？

我告诉你吧，这是神圣的意愿。请永远记得这句话：

你的意愿加上我的意愿

就是神圣的意愿。

哇，老兄，你说得太好啦。它把道理说得很清楚，对吧？它让我豁然贯通。这是你的本事。你能够用很少的字就把道理讲清楚。你在《与神对话》说过：“你对你的意愿就是我对你的意愿。”这两句话的意思是相同的。

是的。

但你之前说的一句话让我很吃惊。你说我只要“利用神”就能过上美好的生活。那好像不对啊。我是说，我觉得我和你的关系不应该是这样的。

为什么呢？

我说不清楚。可能跟我受过的教育有关吧，我以为我来到这里是要为神效劳的。在密尔沃基的圣劳伦斯小学念书的时候，我真的想过

要上神学院，我记得当时修女们说神利用我来为神的目标效劳。我从来没有听说过我可以用神来为我的目标效劳。

可是后者才是我想要的。

真的吗？那才是你想要的？

是啊。

你想要我们利用你？我们来到人世不是为了供你驱使？

你很难理解这个道理，很难弄清楚这个问题，部分原因在于，这次对话是建立在一个分离的模式之上的。也就是说，在进行交谈的时候，你和我之间好像是相互分离的—— 当然，大多数人是这么以为的。大多数人认为这就是他们和神的关系。在这个模式之内进行讨论也许有助于更好地理解这个问题，但我想要指出的是，我们在这里谈论的是幻象，不是实在，它不是真实的。

我明白。你说用虚幻的词语有助于理解“幻象”之中的生活，这我也同意。我明白地球上的生活是虚幻的。现在我知道，也经常深刻地经验到与你、与万事万物、与所有人合一的终极实在。但有时候，我—— 以及许多人—— 的理解层次没那么高，还是在我能理解的框架内讨论比较好。在这个框架之内说的话，我们来到这里，不是为了供你驱使吗？

如果你们是为了供我驱使，世界为何是如今这样子呢？这是我想要看到的世界吗？或者这其实是你们想要看到的世界？我告诉你吧：这是后者，而非前者。

你们所处的世界其实正是你们想要的。

这句话我要再说一遍，因为你可能会忽略它。你们所处的世界其实正是你们想要的。

你们想要这个世界是什么样子，这个世界就会是什么样子。你们

想要你们的生活是什么样子，你们的生活就会是什么样子。

假如我曾驱使你们来实现我的目标（这是你们有限的理解能力所构造出来的理论），那么我肯定是一个极其无能的神。我好像什么事也完成不了！哪怕我利用你们作为我的使者和助手，哪怕我派我的独子（这是某些人的说法）到地球上来，我依然不能逆转潮流、改变事件的进程，依然不能创造我想要的世界。难道我的目标是创造一个如此糟糕的世界吗？当然不是……除非……我的目标是让你们去创造你们选择的世界。那样的话，你们就算是为我的目标效劳，而我也算是“利用”了你们。

然而你们也一直在“利用”我，因为唯有借助寄居在你们体内的创造力（这种力量是我给你们的），你们才能够创造出你们梦想的世界。

这是我梦想的世界？

如果不是你梦想的，它不会是这样。

看来我是常常做噩梦啦。

噩梦也是梦。它们是特殊的梦。

怎样才能摆脱它们呢？

改变你对这个世界持有的想法。这和我早前提到的那个过程是相同的。思考你正在思考的东西。思考美好的东西。思考辉煌的时刻、光荣的景象和爱的表达。

所以《圣经》才会说：“你们要先寻找神的国度，别的一切就都将归于你们。”

正是如此。

在寻找的过程中，我们要利用你，利用神，对吧？

神就是这个过程。这个过程就是我。你们称这个过程为生活。你们无法不利用我。你们只是不知道你们正在利用而已。可是如果你们有意识地利用我，如果你们清醒地、有的放矢地利用我，一切都将会改变。

这是与神为友的第五个步骤。

利用神。

请告诉我如何利用你。想到要利用你，我还是觉得怪怪的。我需要你向我解释利用神意味着什么。

它意味着利用所有我给过你的工具和天赋。

我曾送给你创造的能量，它容许你通过你的思维、话语和行为来构建你的实在，创造你的经验。

我曾送给你温柔的智慧，它容许你及时地认识真相，以免遭到表象的蒙蔽。

我曾送给你纯粹的爱，它容许你祝福每个人，不讲条件地去爱他们，让他们有做出自己的选择和过上自己的生活的自由，让你的神圣自我也有这么做的自由，让你们每个人都能够依照你们对你们的身份有过的最远大期许重新创造你们的自我。

我告诉你吧，宇宙里有种神圣的力量，它是由这些要素组成的：创造的能量、温柔的智慧和纯粹的爱。

当你利用神，你无非是在利用这种神圣的力量。

所以《星球大战》里有句台词叫做：“愿力量与你同在。”

正是如此。你认为这句话是乔治·卢卡斯偶然想到的吗？你认为这种思想是凭空而生的吗？我告诉你吧，是我启发乔治写出这句话，是我启发他得到这句话背后的思想，你在这里所写的句子和思想，也是受到我的启发。

去吧，去做你要你的自我完成的事。去用“力量”改变这世界吧。

请利用我。一直利用我，每天利用我。在你最黑暗的时分和你最明亮的日子，在你害怕退缩的时候和你勇往直前的时刻，在你意气风发的年华和你颓废消沉的岁月。

我告诉你吧，你将遇到所有这些时刻。你已经遇到。因为万事都有定期，天下万物都有定时。

出生有时，死亡有时；

栽种有时，收割有时；

杀戮有时，救治有时；

毁坏有时，建设有时；

抽泣有时，欢笑有时；

哀悼有时，跳舞有时；

投掷石头有时，收集石头有时；

拥抱有时，挣脱有时；

寻找有时，丢失有时；

保管有时，舍弃有时；

撕裂有时，缝补有时；

静默有时，说话有时；

热爱有时，憎恨有时；

战争有时，和平有时。

现在是什么有时呢？这是问题所在。你选择现在是什么时刻呢？

你已经拥有所有这些时刻，该轮到你来选择你现在想要经验的时刻啦！

因为曾经发生、正在发生和将会发生的一切，无不就在此时发生。此时是永恒的时刻，是你做出新决定的时刻。

世界正在等待你，和你的决定。世界的变化取决于你的决定。而你的决定又取决于你的存在状态。

这就是世界的运作方式。这就是它的原理。现在是时候认识这个真相啦。去吧，向全世界传播这道信息：你们随时可以获救。因为你们曾经向我祈祷：“请拯救我们，让我们远离罪恶。”我再次这么做，用这里蕴含的信息。我再次伸出友谊的手。

邀请你们与神为友。

我一直在这里准备帮助你们。

以各种各样的方式。

# Chapter 11

谢谢你通过这次对话教大家如何与神为友。我又得以和你度过一段美好的时光。光是前面五个步骤—— 认识神、信任神、热爱神、拥抱神、利用神—— 就足以改变人们的生活啦。

是的，但请你耐心点。还有两个步骤。

我知道。下面那个步骤我有点想不通。

你说的是帮助神。

是啊。我搞不懂你为什么需要帮助。我以为你是不需要任何东西的。

我不需要帮助，但我喜欢得到帮助。那样会让事情变得轻松很多。

轻松很多？我以为在神的世界里没有艰苦的事情呢。你这不是自食其言吗？

不是啦，在终极实在没有这种情况。在跟你对话的过程中，我只能频繁地使用和你们的幻象相符的词语。如果我总是用与终极实在相符的词语来跟你说话，那我们根本就没办法交谈。因为你是听不懂的。哪怕我只是偶尔使用这样的词语，你也很难理解。

难处在于，大多数我要表达的意思，你们没有合适的词语来传递；有少数意思是你们的词汇可以传达的，但你们又缺乏理解这些意思的背景。这些所有灵性和玄学写作的困难所在。它们试图传达终极实在的真相，但它们能用的词汇很有限，而且还缺乏参考背景。

很多灵性作品和神圣经典遭到曲解，肯定是这个原因。

你说得对。

那么就我所能理解的参考背景而言，你刚才说有了我的帮助“会让事情变得轻松很多”是什么意思呢？

我的意思是，那会让你们轻松很多。

哦，我还以为是让你轻松很多呢。

在某种意义上也可以这么说。但你知道吗，在这里我们又遇到了“参考背景”的问题。我说这句话的时候，是把参考背景切换到终极实在。在终极实在里，对你有帮助的，就是对我有帮助的，因为在终极实在里，你和我是一体。我们之间并没有分离。然而在你目前生活的分离模式里，在你目前经验的幻象里，这样的话是毫无意义的。

在这次对话中，我从头到尾不得不经常这么做，切换不同的参考背景，这样才能解释清楚无法在你们地球人的经验框架中得到解释的道理。

因而你很难做到融会贯通。我说的“帮助神”，就是指这种融会贯通。

有些人甚至连“融会贯通”是什么意思都不能融会贯通！

嗯，确实如此。这倒是个问题。你将其融会贯通啦。

其实为什么不干脆说帮助神会让我们轻松很多呢？但现在请你告诉我，怎样才能让事情变得轻松很多呢？

为了理解这个道理，你必须理解神想要做的事。你必须理解我到底要干什么。

我知道你要干什么啊。你要在每个此刻重新创造你自己。你是依照你对你的身份曾有过的最远大期许这么做的。你在我们之内、化为我们、借助我们这么做。从这种意义上来说，我们就是你。我们神的身体的组成部分。我是正在成为神的神。

你记得很清楚啊，我的朋友。我们又一次以一个声音说话啦。这

很好，因为你将会成为使者；你不仅是光明追逐者，还是光明使者。

这是我能给你的最大帮助！我能忆起就是帮了你最大忙。正如你在《与神对话·第一卷》中解释过的，忆起就是重新成为神的身体的组成部分。

你真的明白了。你彻底地、完整地掌握了这个道理。这就是你能给神提供的帮助。清醒地、和谐地、有益地过着你的生活。你可以通过我已送给你的礼物来实现这三种生活方式，那些礼物是创造的能量，温柔的智慧，纯粹的爱。

我已将创造的能量灌输给你的整个存在，以及由其而生的一切。思维、话语和行为是三大创造工具。当你认识到这一点，你可以选择成为你的经验的起因，而非成为它的后果。

生活沿着你为它设定的目标前进。当你明白这个道理，你就能清醒地过着你的生活。当你说话时，你会清醒地说。当你做事时，你会清醒地做。

假如你做了某件事，有人说："你倒是清楚得很！"那将会是恭维，而不是责备。

你做的每件事，都是根据你的目标去做的—— 而你在生活中每时每刻的目标是，实现你对你的身份曾有过的最远大期许。当你利用创造的能量，你就帮助神更加成为神，让神更能够去经验其自身。

我已将温柔的智慧灌输进你的灵魂。当你利用这份礼物，你可以和谐地度过任何境况。你的存在也将会变成和谐本身。

和谐意味着感受到你正在经验着的时刻、人物、地点或境况的震颤，并与之融合。融合不等于匹配。合唱不等于用一个声音歌唱。它只意味着一起歌唱。

参与合唱时，你改变了整首歌的歌唱方式。它变成了一首新的歌，不同的歌。这是灵魂的歌，没有比它更美妙的了。

让你的生活充满温柔的智慧。请观察它如何改变你的生活。观察它如何改变你。

你内心就有温柔的智慧。是我将它放在那里，它不曾离开。当你遇到困难和压力时，当你需要做决定或者遭遇敌视时，请召唤它，它将会出现。因为召唤它就是召唤我。当你利用温柔的智慧，你就帮助神更加成为神，让神更能够去经验其自身。

我已将纯粹的爱放进人类的每颗心。它是我的本质，是你的本质。你的心充满这种漫溢的爱。它满满盈盈。你的整个自我浸泡在其中。它是你的自我的本质。纯粹的爱是你的身份。

当你表达纯粹的爱，你让自己直接地经验到你的身份。这是最伟大的礼物。看起来好像是你送礼物给别人，但又是送给你自己。这是因为房间里没有别人。只是显得似乎有。纯粹的爱让你能够看到真相。

当你从纯粹的爱出发，你的生活将会对每个人都有益。你会确保你的存在让每个人受益。“仁善”这个词对你来说变得很重要。突然间，你明白了它的深层含义。

仁善意味着善良，也意味着同情，它的意思是同类相善。当你生活在纯粹的爱中，你会意识到你和所有人都是同类。你们真的是同胞手足，于是你突然明白，表达纯粹的爱就是表达仁善。

这就是血脉相连的意思。这就是认识到你和万物是一体。无论在什么境况之下，当你利用纯粹的爱，你就帮助神更加成为神，让神更能够去经验其自身。

帮助神，其实就是让你自己享用神。所以享用吧。尽情让你自己享用神。因为这是生活的食粮，是让万事万物繁荣的养料。

请享用吧，因为这是我的身体。

你们全是我的身体的组成部分。是时候忆起，是时候重归于我

啦。

如果这不是事实，我不会告诉你们。这是最伟大的真相，所以请帮助我，请帮助神。

我从未见过如此有意义的文字。这真是太……美妙啦。

神是美妙的。神是完美的。混沌之中自有秩序。人生之中自有完美。

我明白。在人生中，我看得见完美—— 甚至是当我的朋友乔伊·阿尔顿锒铛入狱。不过当事情发生时，我非常震惊。当时法院认定乔伊·阿尔顿犯有数项和政治献金有关的轻罪，他在宾夕法尼亚州阿伦伍德市的联邦监狱坐了几个月的牢。

这件事给我的启发是，我们当中的圣徒很少—— 这个道理我原本知道，但后来忘记了。我们所有人都想要做好人，但许多人失足摔倒了。

忆起这个道理之后，当别人的行为暴露出他们的弱点时，我不会去批评他们；当我的行为暴露出我的弱点，我也不会责怪自己。这并不容易做到，我也没有每次都成功。但自从我混迹安妮·阿伦戴尔郡的政界之后，我一直努力做到。这是那段日子给我的教训。

不过我会遇到乔伊·阿尔顿，我想还有一个和这件事无关的原因。从某种程度上，我肯定早就知道我必须让自己接受训练，学会如何应付公众，如何逐一地和大量的人打交道。乔伊·阿尔顿堪称最好的训练者。

在我认识的人当中，乔伊·阿尔顿对人性的了解最为全面。和他共事的那些年，我起初是低级的竞选助理，后来担任郡政府的低级职员。在这过程里，我有机会看到他把他对人性的理解付诸实践，这极大地改变了我和人们交往的方式。

乔伊无论走到哪里，总是被人群包围。在公众集会上，大家会围

在他身边，对他拉拉扯扯，每个人都想和他面对面地交流，以便请他帮个小忙，求他做件事情，或者只是为了引起他的注意。

当人们从四面八方向他涌来，我从未看见乔伊·阿尔顿推开一个人。不论时间多晚，不论他到了多久，不论他离开后还有多少事要做，他总是直视每个人的眼睛，全神贯注地和所有人交流。

某天晚上我们参加了这样的公共集会，我充当了“开路人”，从人群中挤出一条通道，慢慢地从房间前面走出后门，我们的车在那里等着。当我们终于爬上后座，我难以置信地面对乔伊。

“你是怎么做到的？”我问，“你怎能如此忘我？这么多人都纠缠着你，每个人都想从你这里得到东西。”

“其实他们想要什么，我就给什么，这很简单，”乔伊笑着说。

“他们想要的是什么呢？”我特别想知道，“他们问你要什么东西呢？”

“他们要的东西是相同的。”

我大惑不解地看着他。

“难道你不知道这些人想要什么？”

“不知道啊，”我不得不承认。

乔伊看着我的眼睛。“他们想要被听到。”

三十年后，每当我走出会议室或演讲厅，人们从四面八方向我涌过来，我都会想起乔伊。

人们想要被听到，他们也有资格被听到。他们看过你的书，从头到尾都看了。他们把他们的一部分给了你，并想要你的一部分，这是很公平的，乔伊·阿尔顿明白这个道理。他深深地明白，他并不是在付出，他是在回报。

我也在巡回演讲的过程中向其他一些了不起的人学到这个道理。作家维因·戴尔总是对他的读者说：“我会一直留在这里，直到给你们签完最后一本书，和你们每个人打过照面。”许多其他演讲者也都这么做。他们会逗留很久。他们回报听众。

一报还一报。

这道理最早也是乔伊·阿尔顿教我的。三十年前，我在一场混乱的政治选举中学到了什么是“一报还一报”。

那天深夜，经过一场漫长而艰苦的辩论之后，我们回到选举车里。乔伊刚刚遭到对手粗鲁的指责，那人所讲的跟实质性的议题毫无关系，纯粹是在进行人身攻击。回到选举车后，我立刻向打字机走过去。我的十指在键盘上飞舞，撰写了辛辣而老到的驳词—— 我记得那是一篇无与伦比的雄辩文章。

乔伊不经意地探过头来。“你在写什么呢？”

“你明天发给报社的声明啊，回应这些恶毒攻击，”我没好气地说。

乔伊哈哈大笑。“你知道我不会学他那样的，对吧？”

“干吗不学啊？我们必须反击他！这事我们不能善罢甘休！”

“是的，”乔伊认可我的说法，“那我来发声明吧。你准备好了吗？”

“准备好了，”我心里想，“开始吧！乔伊的反驳会比我写的好多啦。”

“你说，”我摆好姿势说。

乔伊的声明只有一句话：“看到我的对手如此作践自己，我感到很遗憾。”

“就这样？”我脱口而出，“就这样吗？”

“就这样，”乔伊回答说。

“可是他说了那么多恶毒的话？”

“我们可以像他那样掉份，”乔伊心平气和地说，“也可以表现得比他大气。你要选择哪样呢？”

“可是，可是……”

“……你要选择哪样呢？”

我看了我刚刚写下的文字。我重读了开头几段。然后我把那篇文字撕掉了。

“选得好，”乔伊拍拍我的肩膀说，“今晚你长大啦。”

现在我要告诉你某个关于生活经验的道理，你还没有意识到。

是什么呢？

当你利用从生活经验中得到的洞见时，你就是在利用神。当你像这样在书中讲述故事，你就是在利用神。因为你接过了我送给你的礼物，并把它送给全世界。

你明白了吗？这不只是一件有趣的轶事。这不只是一段小小的人生插曲。你促使你的自我遇到这件事，现在又拿它来和我们分享，这都是有原因的。因为你想要改变你的自我和改变世界。

在这本书里讲述你生活中的往事，不只是为了满足读者对你的过去的好奇心，更是为了促使别人也去忆起他们向来知道但已遗忘的真相。

这就是你整个人生经历的完美之处：三十年前，你已清楚地知道，哪些人物、地点和境况能为你提供完美的经验，让你为扮演改变

世界的角色做好准备。你的灵魂也早已明白你应该选择哪些经验，你会从中吸取哪些有持久价值的、直到三十年后还能利用的教训。

哇！

你真的以为所有事情都是偶然发生的吗？

我再次告诉你吧，每个人的生活经历都是完美的。

生活中没有偶然发生的事情。完全没有。

你的生活没有碰巧发生的事情。完全没有。

没有哪件事情的发生不会给你带来契机，让你能够得到真实而恒久的好处。完全没有。

有些时刻的完美之处也许你没有看到，但这并不意味着那些时刻是不完美的。它们依然是礼物。

# Chapter 12

现在我站得足够远，能看清我的往事，能看见我那错综复杂的人生经历的美妙之处，我心里充满了感激。

这是与神为友的第七个步骤，也是最后一个步骤：

感谢神。

这个步骤几乎是自动的。它是自然发生、自然出现的，如果你走完了前面六个步骤的话。

你毕生未曾认识到神的真面目。现在你能认识了。

你毕生未曾依你所愿去信任神。现在你能信任了。

你毕生未曾依你所愿去热爱神。现在你能热爱了。

你毕生未曾亲密地去拥抱神，让神真的成为你的经验的一部分。现在你能拥抱了。

你毕生未曾像利用好朋友那样去利用神。然而现在，你和神的关系是如此亲密，你能利用了。

你毕生未曾有意识地帮助神，因为你不知道神想得到帮助，哪怕你知道，你也不知道如何给予帮助。现在你都知道了。

未曾认识神并非你的错。你如何能够认识一样东西，当众说纷纭都在谈及别的东西？

未曾信任神并非你的错。你如何能够信任你不认识的东西？

未曾热爱神并非你的错。你如何能够热爱你不信任的东西？

未曾拥抱神并非你的错。你如何能够拥抱你不热爱的东西？

未曾利用神并非你的错。你如何能够利用你不拥有的东西？

未曾帮助神并非你的错。你如何能够帮助对你无用的东西？

然而今天是个新日子。现在是个新时刻。你做出了新选择。你选择了和我建立新的个人关系。你终于选择了去经验你和神之间的友谊。

世界上每个人都想做出这样的选择啊。至少每个信神的人都想。我们努力了一辈子，就是想和你成为朋友。我们努力取悦你，努力别得罪你，努力找到真正的你，努力让你找到我们—— 我们什么方法都尝试过。但我们没有按照这七个步骤走。反正我是肯定没有。没有采用你在这里教给我们的方法。所以我要谢谢你。但我能提一个尖锐的问题吗？

当然可以。

感恩有什么必要呢？我们为什么非得感谢你不可呢？这为什么也是七大步骤之一？你的心胸特别狭隘吗，如果我们不感谢你，你就会夺走所有的好东西？

恰恰相反，我的心胸特别宽广，如果对我表达感谢，你们就会得到所有的好东西。

你这只是把话倒过来说，意思还是一样的啊。看来我必须表示感恩，才能得到好东西。

你不必的，那不是硬性要求。有很多人丝毫不知道感恩，却能够享受好东西。

对啊，所以我彻底晕掉了。

感恩并非我的要求。它不是心理按摩膏，不是轮轨润滑脂，不是车轮润滑油。它不会让神下次对你更好。无论你是否感恩，生活总会给你好东西。但带着感恩的心态，生活会更快地把它们给你。那是因

为，感恩是一种存在状态。

我说过“思维是最缓慢的创造方法”，你还记得吗？

记得。当时我听了很意外。

你不该感到意外的。在行使最重要的身体机能时，你是想都不用想的。你的眨眼、呼吸或心跳都是不假思索的。你的流汗或者大喊“哎呦”也是不假思索的。这些事情会自动发生，因为你是人。你是一个存在的人。

是啊，我记得。前面你说过，在那个叫做次意识的经验层次上，我们能够毫不费力地行使身体的技能和创造生活的经验。我们在这个层次的创造是最有效的，是吧？

不是。能让你们的创造成果最多、效率最高和速度最快的不是次意识层次，而是顶级意识层次。

在这种叫做顶级意识的经验层次，超意识、意识和次意识合而为一，然后得到升华。这是一个超越了思维的境界。它是你真正的存在状态，而这种真正的状态就是你的真实身份。它不受你的思维干扰、撼动和影响。思维并非第一动因。真正的存在才是。

现在我们将要深入地探讨最复杂的玄学道理。下面要谈到的一些区别是非常微妙的。

没问题，我想我做好准备啦。你说吧。

很好。可是要记住，在这里我们遇到了一些语言问题。接下来我不得不切换到更大的参考背景，站在终极实在的立场上说话，然后把参考背景切换成幻象，也就是你目前在其中生活的实在。我希望你能理解这种转换。

我理解的。让我们开始吧。

真的吗？这个道理将会很难理解。这将会是我们的对话到目前为

止最难懂的一部分。你也许想要跳过这个道理，囫囵吞枣地记住我的话，然后继续后面的对话。

我想要理解它。至少我想试试看。

好吧。那我们开始啦。

试试这句话：

存在即状态，思维乃行动。

你能理解它的意思吗？

这句话的意思是，存在不是行动，不是理解，不是某种发生的事件。它是一种“状态”。它是本然。它是“实相”—— 它就是真实的情况。

很好。那思维呢？

这句话的意思是，思维是过程，是“行在”，是某种发生的事件。

非常好。那这句话的含义是什么呢？

任何事情的“发生”都需要时间。事情的发生可以非常快，快得像我们的思维，但那也是需要时间的。然而，有些事物是“存在”的，它只是存在。它存在于此刻。它并不存在于“即将”，它存在于此时此地。

简单来说，“状态”比“行在”更快，因此“存在”比“思考”更快。

你知道吗？我应该请你来当我的翻译。

你已经请我了啊。

哈哈，说得好。现在试试这句话：

存在是第一动因。

你能理解它的意思吗？

这句话的意思是，存在引发一切。你的存在状态是什么，你就会经验到什么。

太棒啦。可是存在会引发思维吗？

会啊。如果我刚才的解释是正确的，那么会的，存在会引发思维。

也就是说，你的存在状态影响你的思维方式。

是的，你可以这么说。

可是我曾说过“思维是创造性的”，对吧？

如果你说它是，那么它就是。

很好。我很高兴你终于信任我啦。喏，既然“思维是创造性的”，那么思维能创造一种存在状态吗？

你的意思是先有鸡还是先有蛋吧？

正是。

我不知道。我想如果我处在悲伤的状态，我可以改变我对这种状态的想法。我可以唤起一些快乐的思维，让我的精神专注于一些积极的事情，然后我突然就处在快乐的状态了。你说过我能做到这一点。你说过我的思维创造了我的实在。

我是说过。

是真的吗？

是的，是真的。然而，让我问你这个问题。你的思维创造了你的真实存在吗？

我不知道。我以前没听你说过这个词组。我不知道我的真实存在是什么。

你的真实存在是太极。它是一切。它是万物。是起点与终点，是开始与结束，是太一。

换言之，也就是神。

是的，是这个意思。

所以你问的是我的思维能否创造神？

是的。

我不知道。

那么就让我在这里解答你的疑惑吧。

拜托啦。

我们在这里受制于语言和参考背景，我已经解释过几次。

这我明白。

那就好。你对神的思维并不创造神。它只是创造你对神的经验。

神是自在的。

神是万有。神是一切。神是存在于过去、现在和未来的一切。

还听得懂吗？

还听得懂。

当你思考时，你并没有创造万有。你只是进入了万有，去创造你选择的、对万有的经验。

万有已经存在。你并没有通过思考它而让它出现。然而通过思考

它，你创造了你对你正在思考的万有那一部分的经验。

你能听明白吗？

我想能吧。请慢点说。慢慢地说。我会努力跟上你的思路。

你的真实存在就是你的真实身份，它是先于一切的。当你思考你现在想要获得的身份，你就进入了你的真实存在，进入了你的整体自我，并专注于整体自我的一部分，那是你现在想要经验的。

你的整体自我就是万有。它是快乐和悲伤。

是啊，是啊。你以前说过！你曾经对我说："你是上和下、左和右、此和彼、前和后。你是快和慢、大和小、雄和雌，是你所说的善和恶。你是所有这些，宇宙间没有非你的东西。"

我以前听你对我说过这些话！

你说得没错。我是对你说过。我对你说过很多次啦。现在你比以前更能明白了。

那么，"思维"能影响"存在"吗？不能的。根本不能。无论你怎样思考你的身份，你就是你。

可是思维能让你对你的存在的经验立刻变得不同吗？能的。你思考的东西，你专注的东西，会出现于你当前的个人实在。因而，如果你处在悲伤的状态，但你思考一些积极的、欢乐的事情，你将会毫不费劲地变得快乐起来。

你无非是从你的自我的一部分，转移到另外一部分而已！

然而这其实有"捷径"可走—— 这是我们在这里要找到的。这是我们在这里所谈论的。

你可以随时按照自己的意愿立刻进入任何存在状态（也就是说，你可以召唤你的真实自我的任何部分），只要你认识到那种状态是什

么样，并且宣布它是什么样。

你曾对我说过“你的认识即是你的实在”。

是的，我确实说过。你对你的真实存在的认识，将会变成你此刻的存在状态。当你宣布你的认识，你就将其变成现实。

跟在“我是”后面的宣言是最为强大的。其中最著名的例子是耶稣说的那句：“我是道路和生活。”而内涵最为广泛的宣言则莫过于我说过的：“我是我的本质。”

你也可以做出“我是”宣言。其实你每天都在这么做。“我是病了，累了”，“我是太忙了”，诸如此类。这些是表明存在状态的宣言。当你有意识地做出这些表明存在状态的宣言，你的生活就是有目标的，你是清醒地生活。别忘了，我曾建议你要如此生活：

清醒地

和谐地

有益地

你的整个人生是一道消息，你知道吗？每次行动都是自我定义的行动。每个思维都是你的精神银幕上的电影。每一句话都是给神的语音邮件。你所思、所说和所做的一切，无不发出关于你的信息。

因此，要把你的“我是”宣言当做美国白宫每年发布的联合咨文。这是关于你的存在状态的咨文。你宣布的是你的真实情况。你说出的是现实。

喂，等等啊！我刚刚想到一件事！反正我们所有人是一体，所以那确实是联合咨文啊！

说得好。说得非常好。

做出宣言是通往你的存在状态的捷径。宣言是对你的真实身份的

召唤，或者更准确地说，是对你的真实身份中那个你现在想要经验的部分的召唤。

在这过程中，发挥创造作用的是存在，而不是思维。存在是最快捷的创造方法。因为凡是存在的，均在此刻存在。

当你做出真正表明存在状态的宣言时，你是不假思索的。如果你加以思考，那么你会延迟这种存在状态，甚至可能会否定它。

延迟会发生，只是因为思维需要时间，而存在根本不需要时间。

否定会发生，是因为对你选择的存在状态的思考，往往会促使你认为你并不处于那种状态，而且永远无法进入它。

如果你说的都是真的，那么思考是最糟糕的事情啦！

从某种意义上来说，确实是这样的。所有灵界的大师都出离了他们的精神。也就是说，他们从不有意识地思考他们处在什么状态。他们顺其自然。当你思考一种存在状态，你就不可能处于那种状态。你只能是延迟它，或者否定它。

打个非常通俗的比方，只有当你处于恋爱状态时，你才可能处于恋爱状态。如果你对其进行思考，那么你不可能处于恋爱状态。如果有个爱你的人问："你爱我吗？"然后你说："我想想看啊。"那结果可能不是太妙。

太棒啦！你的理解非常好。

喏，如果不赶时间，如果不是分秒必争的事情（这种事情很少），如果在经验你选择的存在状态（比如说"恋爱状态"）之前花多少时间都无所谓，那么你尽可以慢慢地"对其进行思考"。

思维是非常强大的工具。别误解我的意思。它是三大创造工具之一。

思维、话语和行动。

正是。然而今天我要给你另外一种可以用来经验生活的方法。这不是创造的工具，这是对创造的新理解：事情的发生并不借助一个过程，而是你对已经发生的事情的觉悟—— 对现在、过去、将来的一切事情的觉悟，对这个无尽世界的觉悟。

你能明白吗？

能啊，我开始明白啦。我开始明白这整套宇宙理论，这整个体系。

很好。我知道这并不简单。或者说，这很简单，却不容易做到。

只要记住这个道理：存在是即时的。与之相比，你的思维非常缓慢。思维尽管很快，但和存在相比，它还是非常慢的。

不妨用人类谈恋爱这个例子来说明。

想想你以前是怎么陷入爱情的吧。你最初觉得爱上某个人，是在一瞬间，是在某个神奇的刹那。就像你喜欢说的，那种爱的感觉袭击了你，“就像一吨砖头”。突然间，它占据了你。你看着房间对面、餐桌对面或者轿车前排座位那个人，忽然你已经知道你爱上了她们。

这是突如其来的。这种感觉是即时的。它不是某种你不得不思考的东西。它只是“发生”了。也许你事后会思考它。也许你甚至事先也曾想过（不知道和那个人恋爱会怎么样），但在那一瞬间，当你第一次感觉到它，当你的心灵第一次认识它，它已经将你淹没。它来得太快，你根本来不及“思考”。你只是发现你自己已经陷了进去。

甚至想都没想过，你便可能进入恋爱的状态。

老兄，这我当然知道。

对感恩来说也是如此。当你心怀感激，你不需要别人来说：“喂，你该感激啦。”你只是极其自发地充满感谢之情。甚至想都没想过，你便发现自己处于感恩的状态。感恩是一种存在状态。你们

的语言没有“爱的状态”这个词组，但应该有。

你是个诗人，你知道吗？

我听说过。

好啦，我明白存在比思维更快，但我还是不明白对某样东西“心怀感激”会更快地把它带给你……等等—— 就在我说出这句话的时候，我想我得到了答案……

你以前说过，感恩是一种存在状态，它表明我知道我已经拥有我认为我需要的东西。换句话说，如果我为某样东西感谢神，而不是要求神，那么我肯定知道它已经出现。

正是如此。

所以第七个步骤是“感谢神”。

对啊。

因为当你感谢神，你就处在觉悟的状态，明白生活里所有的好东西都已来到你身边，你选中的表达、经验和进化所需的一切事物，神都已经为你准备好了。

甚至在你们求之前，我便已回应。是的，是这样的。

那么感谢神也许是你应该最先做的，而不是最后做的！

那会是非常好的做法。你刚刚揭开了一个伟大的秘密。这七步大法的神奇之处，在于它们是可以颠倒过来的。它们是可以反着来。

如果你感谢神，你就是在帮助神来帮助你。

如果你在帮助神来帮助你，你就是在利用神。

如果你在利用神，你就是在生活中拥抱神。

如果你在拥抱神，你就是热爱神。

如果你热爱神，你就是信任神。

如果你信任神，你当然是认识神的。

真神奇啊。这太神奇啦。

现在你知道如何与神建立起友谊。真正的友谊。真实的友谊。能发挥实际作用的友谊。

太好啦！我能马上就使用它吗？你可别说“能是能，但是不可以”。

你说什么？

哦，我念三年级时，有个老师总是纠正我们的语法。每当我们举手问她：“修女，我能去洗手间吗？”她总是会说：“能是能，但是不可以。”

是哦，我记得她。

你能有忘记的时候吗？

能是能，但是不可以。

太棒啦，请来点掌声鼓励一下。

谢谢你，谢谢你，非常非常感谢你。

但是说真的，老兄……我想要开始利用这份友谊。你说过你会帮助我理解如何实践、如何应用《与神对话》中的智慧，如何在我们的日常生活中使用它。

嗯，这就是神和你交朋友的目的啊。神想要你忆起这些事情，想要让你平时的生活变得轻松，想要你日常的经验更多地表达你们的真实身份。

这是你最大的欲望，而我已经打造一个完美的系统，它能让你所有的愿望统统实现。它们正在实现—— 就在此刻。你和我唯一的区别是，我认识到这一点。

当你达到绝对认识的境界（你随时都能达到这个境界），你将会拥有我向来的感受：完全的欢乐、完全的爱、完全的接受、完全的祝福和完全的感恩。

这些是神的五种心态，我向你保证，在我们的对话结束之前，我会让你明白，为什么在生活中应用这些心态能够而且将会让你达到神的境界。

你早就做出这个承诺了啊，在《与神对话·第一卷》，现在是你履行诺言的时候啦！

你承诺过向我们说说你的人生，尤其是你在《与神对话》三部曲出版后的经历，可是你只向我们透露了一点点。所以也许我们两个都应该履行诺言！

很好。

# Chapter 13

离开郡政府后，我加盟当地某家连锁学校，整整干了十年，接着到美国西海岸和伊丽莎白·库伯勒—罗斯博士共事，十八个月后在圣迭戈开办了我自己的广告公司，在那里加入泰丽·科尔—惠特克传教会，几年后去了华盛顿州，移居波特兰，然后又去了俄勒冈州南部，在那里变得风餐露宿、身无分文，最后重操旧业，在广播电台找到工作，过了三年被解聘，度过一段悲惨的日子，跟着变成某个在全国范围内播出的脱口秀节目主持人，写出了《与神对话》系列图书，自那之后过着非常美好的日子，直到现在。

好啦，我履行我的承诺啦，现在轮到你了。

我觉得人们会想要你说得更清楚一点。

不会啦，他们才不想呢。大家想要听你说话。他们想要你履行你的承诺。

好吧。

我开天辟地，创造了亚当和夏娃，让他们住进伊甸园，告诉他们要多子多孙，那里有条蛇惹出了麻烦，我就坐看他们相互指责，彼此误会，后来把两块石碑给一个老头，试图借此收拾局面，曾经略施小计，把大海分开，也展示了别的奇迹，派出几个使者去讲述我的故事，发现根本没人在听，于是继续努力，直到现在。

好啦，我履行我的承诺啦。

聪明啊。非常聪明。

母鹅可以，公鹅也行。

这句老话有三十年没人说过了。

我老了，我是老人。你到底要我怎么样啊？

我想要你别再像喜剧演员了。如果你总是这么搞笑，没有人会相信这本书里的话。

这是什么话，我只是以其人之道，还治其人之身而已啊。

好啦，我们别闹了好不好？我们回到这本书吧？

听你的咯。

我想了解神的五种心态—— 我发现“滑稽”可不包括在内。

也许应该包括在内。

你还要继续开玩笑啊？

不是啦，我是认真的。人们以为神并不幽默，从不发笑，每个人在做跟神有关的事时必须非常严肃。我希望你们能够轻松一些。大家都轻松点。不妨拿自己来开玩笑。有人曾经说过：“等到你能拿自己开玩笑那天，你就成熟了。”

别让自己绷得太紧。放松点。当你放松的时候，你们彼此之间也会轻松很多。

你想要了解神的五种心态吗？先来看看第一种吧。

“完全的欢乐”。

这是第一种心态。你发现了吗？我把它放在首位。

你想说明什么呢？

我想说明它是最重要的。它是其他一切的基础。没有欢乐就什么都没有。

我想说明除非你有点幽默感，否则生活中所有事情都是没有意义

的。我想说明大笑是最好的灵丹妙药。我想说明欢乐对灵魂有好处。

我愿更进一步地指出，欢乐就是灵魂。灵魂就是你们所谓的欢乐。纯粹的欢乐。无尽的欢乐。未遭玷污、毫无限制、不受约束的欢乐。这就是灵魂的本质。

微笑是灵魂之窗。大笑是灵魂之门。

哇，原来如此。

是的，是这样的。

灵魂为什么如此快乐呢？人们可没那么快乐。我是说，人们看起来并没有他们的灵魂那么快乐，这到底是怎么回事呢？

你问得好。如果灵魂是如此欢乐，你为什么不欢乐呢？这是个非常好的问题。

答案跟你的精神有关。你必须有欢乐的想法，才能释放你心里的欢乐。

我还以为欢乐是在灵魂里呢。

你的心是你的灵魂和精神之间的通道。你的灵魂里的欢乐必须通过你的心，否则它将无法进入你的精神。

感受是灵魂的语言。如果你的精神是封闭的，感受就会退回你的心。所以当你感到非常、非常悲伤时，你会说你的心碎裂了。所以当你感到非常、非常快乐时，你会说你的心爆开了。

打开你的精神，让你的感受得到表达，得到释放，这样你的心就不会碎裂或者爆开，而是成为无障碍的通道，让你灵魂里的生活能量自由地流动。

但如果灵魂是欢乐，它怎么会悲伤呢？

欢乐是得到表达的生活。生活能量的自由流动就是你所说的欢乐。生活的本质是太一，也就是与太极的合一。这是生活的本质：得到表达的太一。太一的感受是你称为爱的感受。因此，在你们的语言里，你们说生活的本质就是爱。因而，欢乐就是得到自由表达的爱。

每当自由而无限的生活与爱之表达—— 也就是那种与所有事物、所有生灵合一的经验—— 受禁或者受限于某些境况，作为欢乐本身的灵魂就不能得到完全的表达。未被完全表达的欢乐就是你称为悲伤的感受。

那我就不懂啦。如果某样东西是此，它怎么会变成彼呢？如果某样东西的本质是热，它怎么可能变成冷呢？如果灵魂的本质是欢乐，它怎么可能变得悲伤呢？

你误解了宇宙的本质。你依然孤立地看待事物。热和冷不是孤立的。没有孤立的事物。宇宙里没有孤立于其他一切的事物。因此，热和冷是程度不同的相同事物。悲伤和欢乐也是如此。

真是惊人的见解啊！我以前从来没想到过。悲伤和欢乐只是两个名称而已。我们用这两个名称来描述同一种能量的不同程度。

是的，也就是宇宙力量的不同表达。所以人们可以同时经验到这两种感受。你能想象这样的情况吗？

能啊！我曾经有过既悲伤又欢乐的感受。

你当然有过。这种情况并不罕见。

电视连续剧《陆军野战医院》就是说明这种悲欢交加的完美例子。近年有部叫做《美丽人生》的非凡电影也是。

是的。这两个很棒的例子展现了笑声是可以治病救人的，也展现了悲伤与欢乐是如何交织的。

这就是生活能量本身，你们称这种能量流为悲伤/欢乐。

这种能量随时能够以你们称为欢乐的形式得到表达。这是因为生活能量是可以被控制的。你可以将温控器从冷调到热，同样地，你也可以加速生活能量的震动，将其从悲伤变成欢乐。我告诉你吧：如果你心里带着欢乐，你能够治愈任何伤痛的时刻。

但你心里如何能带着欢乐呢？如果你心里并没有欢乐，你怎么带呢？

欢乐就在你心里。

有些人并没有经验到这一点。

他们不认识欢乐的秘密。

那秘密是什么？

你无法感受欢乐，除非你释放它。

但既然你没有感受到欢乐，你如何能够释放它呢？

帮助别人去感受到它。

只要释放别人心里的欢乐，你将会释放你自己心里的欢乐。

有些人不知道这该怎么做。这句话看起来太空泛了，他们不懂具体怎么操作。

那可以是一个微笑那么简单。也可以是一句恭维，或者一个爱慕的眼神。它也可以通过做爱那么美好的事情得到完成。你们可以用这些办法，去释放别人内心的欢乐，其他办法还有很多。

比如说唱一首歌曲，跳一支舞蹈，绘一幅图画，捏一尊泥像，或者写一首诗词。比如说握紧对方的手，进行精神的交流，或者让两个灵魂相遇。比如说亲手创造某样美丽、可爱而又有用的东西。你们可以用这些办法，去释放别人内心的欢乐，其他办法还有很多。

比如说分享感受，说出真相，结束愤怒，停止审判。比如说侧耳倾听，坦诚相告。比如说决意宽恕，选择释怀。比如说忘我地付出，大方地接受。

我告诉你吧，有成百上千种办法可以释放别人内心的快乐。不，是成千上万种。当你决定要这么做的时候，你会知道如何做到。

你说得没错。我知道你说得没错。哪怕别人在弥留之际，你也可以释放他内心的快乐。

我曾派出一位伟大的导师去教你这个道理。

是的。那是伊丽莎白·库伯勒—罗斯博士。我简直不敢相信。我不敢相信我居然会遇到她，更不敢相信我居然能在她手下干活。她真是个非常了不起的女人。

我离开安妮·阿伦戴尔郡政府（当时乔伊·阿尔顿还没有出事）之后，到当地某个连锁学校工作。他们有位工作了很长时间的新闻主管退休了，我申请了该职位。再一次，我在正确的时间去到了正确的地方。我学到了更多的生活知识，处理各种各样的事务，比如组建危机干预团队，还有加入课程开发委员会。无论是为国会辖下的委员会准备长达两百五十页的、关于废除学校种族隔离制度的报告（再次接触了黑人经验），还是奔波于各所学校之间为教师、家长、学生、管理人员和勤务职员举办首次见面会，我都发挥了重大的作用。

我在那里度过了整个七十年代—— 这是我干过时间最长的工作。我非常喜欢最初那六七年。但正所谓花无百日红，到最后我的工作变得单调而乏味。我越来越觉得自己好像走进了一条死胡同—— 我能看到三十年后的自己还做着同样的工作。由于没有学位，我没有什么升迁的机会（其实我能得到这份高级的工作已经够幸运的了），而且我的精力开始衰退。

然后到了1979年，我被伊丽莎白·库伯勒—罗斯博士绑架啦。真的是绑架，我不是开玩笑的。

那年我和我的朋友比尔·格里斯沃德结伴，以志愿者的身份帮助伊丽莎白，协助她在东海岸举办一些旨在为她名下的非营利组织“平安家园基金会”募集资金的讲座。在这几个月之前，比尔曾介绍我认识伊丽莎白。当时他设法请伊丽莎白到安纳波利斯演讲，要我帮忙处理一些公关工作。

我当然听说过伊丽莎白·库伯勒—罗斯的大名。她是位取得杰出成就的女性，1969年出版了那部石破天惊的名著，《论死亡与垂死》。这本书改变了世人对死亡过程的看法，废除了死亡学研究的禁忌，为美国的临终关怀运动奠定了基础，改变了数百万人的生活。

（自那以后，她又写了许多书，包括《死亡：成长的最后阶段》，以及她最新的作品《生命之轮：生与死的回忆录》）。

我立刻就喜欢上伊丽莎白—— 几乎每个遇到她的人都是这样。她有着非凡的魅力和极具威信的人格，据我所知，凡是与她有接触的人，无不面目焕然一新。和她相处六十分钟后，我便知道我想要帮她做事，而且我完全是心甘情愿的，不用任何人来求我。

初次见面过了差不多一年后，比尔和我前往波士顿，筹备另一个讲座。讲座结束后，我们几个人来到某个餐厅，在安静的角落坐下，享受和伊丽莎白进行私人交谈的难得时光。以前我跟她有过两三次这样的交谈，所以她已经听说我当晚再次告诉她的事情：我特别愿意替她工作。

伊丽莎白当时正在全国各地开设“生死与转化工作坊”，成天与身患绝症的病人及他们的家人，还有其他一些从事她所说的“悲哀工作”的人打交道。（后来她写了一本书，叫做《请活到我们说再见》，讲述了在这些静修营上发生的伟大情感力量。）这个女人以非常有意义的方式对人们的生活施加了强大的影响，我能看得出来这样的工作对她自己的生活来讲很有价值。

我的工作则不然。我只是做着我觉得为了糊口（或者为了养活别人）而不得不做的事情。我从伊丽莎白那儿学到一个道理，就是没有

人必须做这样的事情。伊丽莎白会用最简单的方式传授这种大道理：只说出一句不容辩驳的点评。那天晚上，我在波士顿的餐馆里有幸得到了她的点评。

“不知道为什么，”我痛苦地说，“我的工作再也不激动人心了，我觉得我是在浪费生命，但也许我会一直在那里干到六十五岁，然后拿我的退休金。”

伊丽莎白用奇怪的眼神看着我，好像我是个疯子。“你不必这么做的，”她非常平静地说，“你为什么要这样呢？”

“如果我是个光棍，我不会这样的，相信我。我明天就甩手不干。但我要养家。”

“那么请你告诉我，如果你明天就死，你的家人，他们会怎么样呢？”伊丽莎白问。

“话可不能这么说，”我反驳说，“我又不会死。我还活着呢。”

“你居然管这个叫活着？”她说完就转过身跟别人聊天了，仿佛跟我已经完全没有话可说。

翌日早晨，在下榻的酒店和几个在波士顿帮忙的人喝过咖啡之后，伊丽莎白突然扭头对我说：“你开车送我去机场。”

“好啊，”我同意了。比尔和我从安纳波利斯开车过来，我的车就停在外面。

路上伊丽莎白说她要前往纽约的波基普西，那边又有一个为期五天的进阶工作坊。“送我进去吧，”她说，“别把我丢在外面就走。我需要有人帮我提行李。”

“没问题，”我说，我把车开进了停车场。

到了办票柜台，伊丽莎白拿出她自己的机票，然后摆出一张信用卡。“我需要这个航班的另一个座位，”她对办票员说。

“我看看还有没有空位，”那女人回答说，“啊，有的，最后一个哦。”

“当然会有，”伊丽莎白容光焕发地说，好像知道什么内幕消息似的。

“另外一位旅客是谁呢，请问？”办票员问。

伊丽莎白指着我。“这位，”她低声说。

“你说什么？”我大感意外。

“你不是要去波基普西吗？”伊丽莎白问，好像我们讨论过这件事似的。

“不！明天我要上班。我只请了三天假。”

“那工作缺了你也会有人做的，”她实事求是地说。

“但我的车在波士顿，”我抗议，“我不能把车扔在停车场。”

“比尔可以过来把它开走啦。”

“可是……我没有换洗的衣服。我没打算出来很久。”

“波基普西有商店。”

“伊丽莎白，我不能这么做！我不能就这样登上飞机，一走了之。”我的心怦怦地跳，因为那其实正是我想要的。

“这位女士需要你的驾驶证，”她说，朝我眨了眨眼。

“可是，伊丽莎白……”

“你再这样我会错过这班飞机啦。”

我把驾驶证给了那个女的。她给了我一张机票。

伊丽莎白匆匆走向登机口，我跟在她后面喋喋不休地说：“我得打电话回办公室，跟他们说我明天不去上班……”

登机之后，伊丽莎白埋头阅读一些机上读物，只跟我说了不超过十个字。但在我们到达波基普西的工作坊举办地时，她指着我，对到场的参与者说：“我的新公关。”

我打电话回家给我妻子，跟她说我被“绑架”了，星期五会回去。随后两天，我观察伊丽莎白是如何工作的。我看见人们的生活在我面前发生改变。我看见多年的创伤得以治愈，多年的问题得到解决，多年的愤怒终于释怀，多年的成见终被征服。

当时展示室里曾经有个坐在我身边的女人“上升”（这是工作坊职员的用语，指有人哭个不停，或者突然失控）了。伊丽莎白轻轻地用头做了个姿势，示意我处理这个情况。

我温柔地领着那哭泣的女人走出房间，把她带到走廊末端一个隔开的小角落。我以前没应付过这样的事情，但伊丽莎白早就给过每个职员（她通常会请三四位职员）明确的指导。有一点她说得很清楚。“别试图修复它，”她说，“只要听就好了。如果你需要帮助，记得找我，但坐下来静静地聆听几乎肯定是足够的。”

她说得没错。我“坐在那里”就能给工作坊参与者带去帮助。我能够让她觉得那个角落很安全，是个可以尽情哭泣的地方，可以释放她在大房间里被唤起的悲伤情绪。她号啕大哭，发泄她的怒火，平静地诉说，然后又从头再来一遍。我毕生从未觉得自己如此有用。

当天下午，我打电话回马里兰州的校董会办公楼。

“请接人事科，”我对接线员说。电话接通之后，我深深地吸了一口气。

“请问打电话可以辞职吗？”我问。

在伊丽莎白手下工作那段日子是我人生中最大的礼物。我亲眼看

见一个女人是如何日复一日、月复一月地像圣徒那样工作。每当她在演讲厅，在工作坊的课室，在弥留的人们窗前，我就站在她身边。我看见她是如何与老人和小孩打交道的。我观察到她是如何与胆小者和勇敢者、欢乐者和悲伤者、外向者和内向者、暴躁者和温驯者相处。

我观察的是一位大师。

我看见她治愈许多人类最深的心理创痛。

我观察，我倾听，我非常努力地学习。

是的，我终于明白，你说的确实是真的。

有成百上千种方法可以释放别人内心的欢乐，当你决定要这么做的时候，你会知道如何做到。

哪怕别人在弥留之际，你也可以释放他内心的快乐。

谢谢你的教导，谢谢你派给我那位大师。

你客气啦，我的朋友。现在你知道如何欢乐地生活吗？

伊丽莎白建议我们所有人都要无条件地去爱，迅速地去原谅，并且永远别为伤心的往事后悔。“假如你替峡谷遮挡风雨，”她会说，“你将永远看不见它的蚀刻之美。”

她也敦促我们要过上不留遗憾的生活，要停下来品尝生活的美味，竭尽所能去完成她所说的“你的未竟事业”，这样我们就能无所畏惧地活着，也能够毫不后悔地拥抱死亡。“不畏死，方能不惧生。”当然，她最大的消息是：“死亡是不存在的。”

从一个人那里得到这些已经很多啦。

伊丽莎白有很多可以给人。

去吧，去实践这些真相，和那些我通过其他来源带给你的真相。

以便你能在你的灵魂里散播欢乐，在你的心里感受欢乐，并在你的精神里认识它。

神是处于最高振动频率的生活，那就是欢乐本身。

神是完全的欢乐，当你表达神的这种第一心态，你自己也能够达到神的境界。

# Chapter 14

我从来没有见过比泰丽·科尔—惠特克更欢乐的人。她的笑容极其迷人，她那动听、爽朗和豪放的笑声极具感染力，她对世道人心有着深刻的了解，能够对别人的生活施加无与伦比的影响。在20世纪80年代初期，这位卓越的女子让南加州为之倾倒，她那标志性的乐观灵性主义让数十万人重新与神建立起快乐的关系。

最早听说泰丽的大名时，我住在埃斯康迪多，在平安家园基金会为伊丽莎白·库伯勒—罗斯博士工作。泰丽是跟我有过紧密工作关系的同事中最慈祥、最有灵性智慧的人，她带领我重返一个我阔别多年的地方：那个渴望与神拥有私人关系、渴望在我直接的生活经验里认识到神的地方。

自从二十几岁起，我再也没去过教堂，但那时我却再度打定主意，想要变成神职人员。十九岁离开密尔沃基之后，我继续了多年的神学研究。由于怀念少年时在教会学校度过的光阴，我常常有重新加入某个教会的愿望。

为了寻找一位我不必害怕的神，我在二十岁那年永远地抛弃了罗马天主教。到了安妮·阿伦戴尔郡之后，我开始搜罗各种神学著作，也拜访了不少基督教教堂和犹太教教堂，最终选定安纳波利斯的第一长老会教堂作为我参加礼拜的地方。

我随即加入了唱诗班，不到一年，我变成该教堂的领读教友。每逢礼拜天，我会站在读经台上，诵读本周的《圣经》选段。童年的渴望再度被唤起，我要毕生与神拥有亲密的关系，向全世界散布他的爱。

长老会信徒和天主教信徒不同，他们的信仰并不以害怕为基础（长老会的教规、仪礼少得多，因此陷阱也没那么多），所以我对他们的神学理论有较高的满意度。实际上，我的满意度非常高，乃至礼

拜天早晨会很动情地诵读经文。由于我念得很有感情，到场的教友开始盼望轮到我诵经。注意到这种现象的不仅是我，还有那个教堂的管理人员，于是不久之后，为人非常友善的司铎找我谈话了。

几句寒暄过后，牧师温斯洛夫·萧说：“告诉我，你想过进入教会吗？”

“当然想过啊，”我回答说，“我十三岁时真的以为自己会念神学院，然后成为神职人员，可惜后来没有如愿。”

“为什么呢？”

“我爸爸不让。他说我年纪不够大，不能自己做主。”

“那你认为你现在年纪够大了吗？”

不知道怎么回事，我当时差点失声痛哭。

“我一直够的啊，”我低声说，努力抑制自己激动的情绪。

“那你为什么不继续留在天主教会呢？”萧牧师轻声地问。

“我……我对它的神学理论有点看法。”

“我明白。”

我们静静地坐了片刻。

“你觉得长老会的神学理论怎么样？”牧师打破了沉默。

“很舒服。”

“那倒是。我们这里有几个人对你的诵经评价很高。你好像能够从经文中解读出很多意义。”

“经文里本来就包含着很多意义啊。”

萧牧师露出微笑。“我同意，”他说，然后直视着我。

“我能问你一个私人问题吗？”

“当然。”

“你明明很热爱神学，为什么不做这行呢？你现在可以自己做决定的啊。是什么阻止你加入教会呢？随便哪个地方，随便哪个教会。你肯定能够找到一个灵性的家园。”

“这不像找房子住那么简单。还有就是赚钱的问题。我的职业生涯刚起步，有妻子，有两个年纪尚幼的孩子。在目前这个阶段，要我放弃一切，加入教会，那除非是奇迹出现啦。”

萧牧师又露出了微笑。

“我们教会有个项目，如果我们认为某位教友特别有前途，我们会通过这个项目资助他去念神学院。通常是去普林斯顿大学神学院。”

我的心怦怦地跳起来。

“你是说你们给钱让他们去上学？”

“嗯，这笔钱当然是贷款啦。接受资助的人要保证回到这里工作几年，担任司铎的助手。你可以从事年轻人的传教工作，或者街坊的传教工作，此外得在礼拜天进修学校从事灵性咨询和领导工作。当然，偶尔也要代替司铎登上讲经坛。我想这些事情你都能处理。”

这下轮到我沉默了。我的脑子转个不停。

“你觉得这听起来怎么样？”

“很好啊。你准备给我这样的机会吗？”

“是的，我认为长老会准备给你机会。他们明显研究过啦。当

然，他们还要亲自和你谈谈。”

“那是应该的。”

“你何不回家考虑一下呢？跟你的妻子聊聊看。并为此而祈祷。”

我完全照做了。

我妻子十分支持。“我认为这是个好机会，”她笑逐颜开地说。我们第二个孩子只比第一个孩子小二十一个月。那两个小姑娘几乎还没学会走路。“那我们靠什么过日子呢？”我问，“我是说，他们只会资助学费。”

“我可以回去当理疗师啊，”我妻子说，“我肯定能找到工作的。车到山前必有路。”

“你是说你来养家，而我回到校园念书？”

她抓住我的手臂。“我知道这是你一直想做的，”她轻柔地说。

我配不上许多走进我生活的人。我肯定配不上我的第一位妻子，她是我见到过最善良的人。

但我没有那么做。我做不到。一切都准备好了，一切都很完美——除了神学理论。事到头来，阻止我的竟然是神学理论。

我听从萧牧师的建议。我为此而祈祷。我越是祈祷，越是意识到我无法宣扬，哪怕是再小声地宣扬，凡人生而有罪、需要救赎的教义。

我自幼就很难接受人性本恶的观点。我知道有些人会做坏事。在成长的过程中，我能看到周围有很多这样的人。但哪怕在少年时期，以及随后的青年时期，我始终顽固地认为人性本善。在我看来，所有人都是好人，有些人会做坏事，也许是因为他们出身不好，或者是知识不够，或者是缺乏机会，或者是感到绝望而愤怒，又或者仅仅是懒惰……反正肯定不是因为他们天生就是坏人。

亚当和夏娃的故事在我看来毫无意义，哪怕把它当寓言看也是如此，我知道我不能传授它。我也不能传授一种排斥性的神学，无论它有多么和蔼可亲，因为自从小时候起，我内心深深地知道，所有人都是兄弟姐妹，在神眼里，没有任何人、任何事物是丑陋的或者不可接受的。随着年纪的增长，我越来越肯定没有人会因为信奉了“错误的”神学而犯下“罪行”。

假如我的观点不正确，那么我在内心最深处本能地认识的一切便都是错误的。这我无法接受。但我不知道该接受什么。进入基督教的机会在我的生活当中第二次非常靠谱地、非常真切地摆在我面前，这给我带来了一场灵性危机。我极其渴望在这世界从事神的工作，可是我无法接受神的工作就是传授提倡排斥的福音，以及倡导惩罚被排斥者的神学。

我恳求神给我指条明路—— 不仅要指明我是否该加入教会，还要澄清围绕人与神之间的关系的各种大问题。但这两者神都没替我解答。所以我两者都放弃了。

到我年近不惑时，伊丽莎白·库伯勒—罗斯博士引领我回到神身边。她反反复复地说，神的爱是不讲条件的，神绝不会审判，无论我们是怎么样，他都会接受。

当时我心里想，要是人们能够明白这个道理，并在他们的生活中付诸实践，那么世界上的各种问题、暴行和悲剧将会消失。“神不会说：‘如果你如何如何，我才会爱你，’”伊丽莎白一直这么说，因而消除了全世界数百万垂死者的恐惧。

这才是我愿意信的神。这才是我心里的神，才是我童年时内心深处认识的神。我想要更多地了解这位神，所以我决定重返教堂。也许我总是以错误的方式去到错误的地方。我先后去过路德派教堂、循道派教堂。我也去过洗礼派教堂和公理会教堂。但我又与那种以怕为基础的神学不期而遇。我夺路而逃。我研究过犹太教和佛教，以及我能找到的其他所有教派。但都不符合我的看法。后来我听说了泰丽·科尔—惠特克，以及她在圣迭戈的教会。

20世纪60年代初，泰丽还是加利福尼亚州某个沉闷郊区的家庭主妇。她也渴望让内心深处感受到的灵性关系显露为外在的经验。在跌跌撞撞的求道之路上，她遇到了宗教科学联合会。她爱上这个教会，抛开一切，开始了正式的宗教研究。后来她被授予职位，要到加利福尼亚州的拉赫拉市去任职，管理一个不超过五十名教友的教堂。她不得不在梦想和婚姻之间做出选择。她的丈夫并不完全支持她做出突然的改变，更不愿意放弃他自己的好工作，把家搬到新的城市。

所以泰丽放弃了婚姻。不到三年，她将拉赫拉宗教科学会堂变成该教派最大的教堂。每逢礼拜天早晨，会有超过一千名教友前来聆听她的两次布道，而且教众的人数还在持续增长。这种灵性现象很快在整个南加州地区传开了，甚至传到了埃斯康迪多。埃斯康迪多是个非常保守和传统的社区，它位于圣迭戈北部，当地居民主要以种植葡萄和其他农作物为生。

我决定南下拉赫拉去看个究竟。

泰丽的教众变得非常多，乃至她不得不将布道改到某个租来的电影院。我走近电影院时，看到有块牌子写着“随泰丽·科尔—惠特克庆祝生活”。当时我心里想：“哇，老兄，这是干什么？”那些迎宾员向每个进场的人分发康乃馨，并且问候每个人，仿佛他们认识这些人已经有一辈子了。

“喂，你好吗？你能来这里真是太好啦。”

我不知该如何回应。以前去教堂当然也有人客气地问候我，但从来没有这么热情洋溢。那地方有种令人振奋的能量。

里面正在播放电影《烈火战车》慷慨激昂的主题曲。放映大厅里充满了期待的气氛。人们有说有笑。最后，灯光熄灭，一男一女出现在舞台上，男的坐在一边，女的坐在另一边。

“现在是安静下来、进入内心的时候啦，”那男的通过麦克风说。大厅后面有个唱诗班轻轻地唱起了一首有关“平安”的圣歌，随后布道

开始了。

我以前从未经历过这样的场面。这完全出乎我的意料，我觉得有点格格不入，但决定还是留下。那男的说了几句开头语之后，泰丽·科尔—惠特克走到舞台中央，站在透明的树脂玻璃讲台后面，用清脆的嗓音说：“早上好！”她的笑脸光芒四射，她的欢快极具感染力。

“如果今天早上你们来到这里，是希望这个地方看起来像教堂，或者感觉像教堂，或者听起来像教堂，那么你们走错地方啦。”她说得当然没错。听众哄堂大笑表示同意。“但如果今天早上你们来到这里，是为了寻找神，那么请注意，在你们走进来的刹那间，神已经到啦。”

我就是这样被迷住了。其实我还不知道她接下来要说什么，但一个人既然有这样的想象力和勇气，能够在礼拜天的布道说出这样的开场白，那么这个人值得我倾听。这是一段持续将近三年的关系的开始。

就像初次遇到伊丽莎白时那样，我不到十分钟就迷上了泰丽·科尔—惠特克和她的工作。就像我对伊丽莎白那样，我很快通过自愿的热心帮助来表明这一点。就像我对伊丽莎白那样，我没隔多久便成为泰丽机构的职员，接受了该教会外联部的一个职位（撰写新闻通稿、创报教会周报等等）。

遇到泰丽没几个星期，我就“碰巧”失业了。伊丽莎白解雇了我。好吧，解雇说起来不是很好听。她让我走。伊丽莎白倒不是因为生气，只是觉得我应该另谋高就。她言简意赅地说：“你该走啦。我给你三天的时间。”

我目瞪口呆。“为什么啊？我做错什么啦？”

“你没有做错什么。只是如果继续留在这里会影响你的前途。你将无法彻底发挥你的潜能。你不能一直这样站在我的阴影下。走吧。现在就走。不然就太晚啦。”

“可是我不想走，”我好言相求。

“你在我后院玩得够久了，”伊丽莎白不动声色地说，“我要推你一把。就像鸟儿离巢那样。是该你飞翔的时候啦。”

情况就是这样。

我搬到圣迭戈，重操公共关系和市场营销的旧业，开办了我自己的公司，名字叫做“团队”。

其实公司根本没有团队，就我一个人。但我想要它听起来像个大公司。随后几个月，找上门来的客户寥寥无几，其中有个是国会的独立竞选人，他连名字都没出现在选票上。这人叫罗恩·帕卡德，曾担任加利福尼亚州卡尔斯巴德市的市长；在我的帮助之下，他成为20世纪美国第一个未获提名却成功当选的国会议员。

但除了帕卡德这次令人难以置信的胜利，我在营销和广告业的日子到头来终于又是一无所获。替伊丽莎白工作之后，帮人销售酒店的周末客房、餐厅食品或者住宅翻新当然是沉闷和乏味的。我又快疯了。我不得不设法找回生活的意义。我把所有精力用于在泰丽的教会当志愿者。我不分日夜地在教会工作，任由我的生意一落千丈。我的精力、热情和创意让我很快升任外联部主管，专门负责该教会的公共关系和营销推广。

然而，在我替她工作之后不久，泰丽离开了她的教会。她告诉我们，她觉得各种正式的宗教组织往往是狭隘、局限和刻板的。她组建了泰丽·科尔—惠特克传教会，而她的礼拜天布道终于在全国各大城市的电视台播出，这让她的“教众”扩展到数十万人。

就像我跟伊丽莎白共事时那样，在泰丽手下工作让我得到宝贵的训练。我学到很多，不仅学会如何与人—— 包括那些面临情感和灵性困扰的人—— 打交道，也认识了非营利组织的本质，以及它们以什么方式运作能最好地满足人类的需求和传播灵性信息。我无法估量这种经验到底有多宝贵—— 但我想这其实又是我的生活在为我的未来做准

备。现在我终于明白，我总是在正确的时间遇到正确的人，从而继续接受我需要的教育。

和伊丽莎白相同，泰丽也认为神的爱是不讲条件的。她还说我们大家内心都有神的力量。这包括创造我们自己的实在和决定我们自己的经验的力量。

正如我在三卷《与神对话》的前言中说过的，那三部曲中有些观点是我以前就接触到的。也有许多—— 包括那些最震撼人心的——观点不是。它们是我之前从未听说过、从未看到过、从未思考过、从未想象过的创见。然而，正如《与神对话》三部曲所展示的，我的整个人生其实就是一堂课，我们大家的人生都是一堂课。我们必须专心致志！我们必须睁开眼睛和侧耳倾听！神一直在给我们发来消息，无时无刻不在与我们对话！神的消息以各种方式自各种泉头源源不绝向我们涌来。

在我的人生里，拉里·拉鲁是这样的泉头。杰伊·杰克逊是这样的泉头。乔伊·阿尔顿是这样的泉头。伊丽莎白·库伯勒—罗斯是这样的泉头。泰丽·科尔—惠特克是这样的泉头。

我母亲和我父亲也是这样的泉头。他们每个人都教我生活的课程，带给我生活的智慧，让我直到今天仍然受用不尽。哪怕我丢掉大量从他们那里—— 和其他泉头—— 得到的东西，那些对我无益、不能引起我的共鸣、有悖于我内在的真相的东西，剩下的财宝仍然有很多。

至于泰丽，我想指出的是，她在很久之前就关闭了她的传教会—— 我敢肯定她也希望我澄清这个事实。自那以后，她踏上了一条不同的灵性道路，这条路和传统的犹太—基督教理论大相径庭，但也迥然有别于她自己先前的绝大部分观点。我尊重泰丽的决定，她早就决定毕生永不停步、勇往直前地追寻能够和她的灵魂深处发生共鸣的灵性实在。我希望所有人都能如此热切地追求神圣的真相。

这是泰丽教过我的最重要的一课。她教我要以排除万难的决心去

追求永恒的真相，哪怕它会推翻你的人生计划，哪怕它会颠覆你原有的信念，哪怕它会引来别人的反感。对于这个使命，我希望我是矢志不渝的。

你是的。相信我，你是的。

但我对这套关于欢乐的说法还有几个疑问。

你说啊。

嗯，你刚才说，感受欢乐的方法是促使别人感到欢乐。

是的。

那么如果身边没有旁人，我如何能感受欢乐呢？

对生活做出贡献的办法总是有的，哪怕在你独处的时候。有时候，独处时反而更有办法。例如，当你独处时，你可以写出最好的文章。

好吧，但假设你并非作家呢？假设你不是艺术家、诗人、作曲家，或者某个能够在孤独中创作的人呢？假设你只是个普通人，做着普通的工作，是个家庭主妇，或者牙医，突然间，你形影相吊。也许你是个退职的牧师，住在退职牧师之家，你为别人的生活做出贡献的光阴已经一去不返。或者你是随便哪个行业的退休人员。退休往往让人感到抑郁，人们有时候会觉得他们的自我价值降低了，他们的用处变少了，他们自己被抛弃了。

不仅仅是退休人员。还有其他人。生病的人，卧床不起的人，那些由于各种原因觉得自己以外的事情毫无意义的人。然后还有正常的普通人，他们平时积极地与别人交往，并过得很好，因为他们做的是你说的事情—— 把欢乐带给别人。但就算是这些人，他们也有独处的时候，也会孤身一人，那明显就没有办法把欢乐带给别人。

其实我想要问的是，你如何能够在内心找到欢乐？这种通过把欢

乐带给别人来找到欢乐的想法有点危险吧？有点像陷阱吧？它会不会把人变成那种为了博取关注而假装他们唯一能够得到快乐的方法就是让别人快乐的伪君子？

这些都是很好的问题。你考虑得非常周到，问题也提得很好。

谢谢你。那么答案是什么呢？

首先，有些事情我们要澄清。你并没有独处的时间。我总是陪着你，你总是陪着我。这是第一。这是个重要的前提，因为它会改变一切。如果你认为你真的是孤独的，那可能会出现毁灭性的结局。光是绝对孤独这种想法本身，别提随之而来的其他事情，就已经是毁灭性的了。这是因为，灵魂的本质是与太极统一及合一；而如果周围似乎没有别的事物，也没有别人，那么个人只会有孤独的感受—— 孤立的、根本不与其他任何事物合一的感受。而这种感觉将会是毁灭性的，因为它违背了你内心最深处对你的身份的认识。

所以你要明白，其实你并不孤单，而且“孤独”是不可能的。

那些被关禁闭的战俘，或者那些身患重病卧床不起浑身不能动弹的人，他们可能会反对你的说法。我知道我举的例子很极端，但我想说的是，有时候“孤独”是非常可能的。

你可以创造孤独的幻象，然而你经验到的，未必都是实在。

我永远与你们同在，无论你们是否知道。

可是如果我们不知道，那你就是没有与我们同在。因为对我们来说，效果是相同的。

我同意。因此，为了改变效果，要认识到我永远与你们同在，甚至直到时间的终点。

如果我不知道，我怎样才能知道呢？（你能明白我的意思吗？）

能啊。答案是，你有可能是知道的，但却不“知道你知道”。

你能详细解释吗？拜托。

在生活中，有些人看似不知道，而且也不知道他们不知道。这些人是孩子。请抚养他们。

有些人看似不知道，而且知道他们不知道。这些人愿意知道。请教教他们。

有些人看似不知道，而且自以为他们知道。这些人很危险。请避开他们。

有些人看似知道，但不知道他们知道。这些人在睡梦中。请唤醒他们。

有些人看似知道，但假装他们不知道。这些人是演员。请欣赏他们。

然后有些人看似知道，而且知道他们知道。别追随他们。因为如果他们知道他们知道，他们不会让你追随的。然而你要非常仔细地倾听他们说的话，因为他们会让你想起你知道什么。实际上，这正是他们被派到你身边的原因。这正是你召唤他们到你身边的原因。

如果有人知道，为什么假装不知道呢？谁会这么做啊？

几乎所有人。几乎所有人偶尔都会这么做。

但这是为什么呢？

因为你们所有人都非常热爱人生这出大戏。你们创造出整个虚幻的世界，一个你们可以统治的国度，而你们已经变成戏里的国王和王后。

我为什么想要这出戏上演，而不是让它落幕呢？

因为在这出美妙的大戏里，你可以尽情地扮演你的身份的各种变体，然后从中选择你想要的身份。

因为它是多姿多彩的！

你是在开玩笑吧。难道就没有较为简单的办法吗？

当然有啊。等到你终于明白这出大戏的一切都是多余的，你将会选择较为简单的方法。然而有时候你将会继续使用这出大戏，用它来提醒你自己和教育别人。

所有传授智慧的导师都这么做。

他们要提醒和教育什么呢？

幻象。他们要提醒自己和教育别人的是，生活中的一切皆是幻象，生活是有其目标的，一旦了解它的目标之后，你就能随意生活在幻象之内或者之外。你可以选择经验这幻象，让它变得真实；你也可以随时经验终极实在。

我怎样才能随时经验终极实在呢？

要安静，并认识到我就是神。

我是说真的。

要安静。

唯有安静下来，你才会认识到我就是神，我永远与你同在。唯有安静下来，你才会认识到你和我是一体。唯有安静下来，你才会遇见你内心的造物主。

如果你已经认识我，信任我，热爱我，拥抱我，如果你采用了这些与神为友的步骤，那么你永远不会怀疑我是与你同在的，以各种各样的方式。

所以，正如我以前说过的，要拥抱我。每天抽出些许时间，拥抱你对我的经验。不妨现在就这么做，当你不必这么做时，当生活没有迫使你这么做时。甚至当你没有时间这么做时。当你并不觉得孤独

时。这样当你“孤独”时，你将会知道你其实并不孤独。

要养成每天和我建立神圣关系的习惯。至于如何做到，我已经为你指引了一条路。还有别的路。许许多多的路。神是无限的，接近神的道路也是无限的。

等到你真正地拥抱神，等到你建立起那种神圣的关系，你将永远不想失去它，因为它会给你带来最大的欢乐。

这种欢乐是我的本质，也是你的本质。它是处于最高振动频率的生活本身。它是顶级意识。它是创造所发生的振动层次。

也可以称之为“创造的颤动”！

是的，是这样的！就是这样，正是如此！

但我认为欢乐是某种你只有把它给出去才能感受到的东西。如果你只有孤身一人，只是和内在之神有联系，你如何能感受到这种欢乐呢？

只是？你居然说只是？

我告诉你吧，你和太极有联系！

你并没有“孤身一人”，你永远不可能这样！这是不可能的！而且当你确实感受到你和内在之神的永恒联系，你就是在送出欢乐。你是在把它送给我！因为我的欢乐就是与你合而为一，我最大的欢乐就是让你明白这一点。

那么当我让你把欢乐送给我时，我就是把欢乐带给你？

难道还有其他文字能比这更完美地描述爱吗？

没有。

难道爱不是神的本质，不是我们的本质吗？

是的。

很好。非常好。现在你开始明白这个道理啦。你渐渐懂了。其实你和以前一样，又是在做准备。你是使者。你和其他许多像你一样明白这些道理的人—— 他们有些是通过这部对话录才明白的，有些是通过他们自己特殊的办法而明白的—— 都在走向相同的终点：不再是光明的追逐者，而是成为光明的使者。

很快，你们将会用同一个声音说话。

实际上，每个人都可以扮演这样的角色。你们所有人都向世界发出关于生活、关于神的消息。你以前发出的是什么消息呢？你现在选择发出的是什么消息呢？

发出新福音的时刻来临了吗？

是的。是的，来临了。但我有时会觉得我是在孤军奋战。哪怕我接受了我从未真的孤独这个真相，我仍然想要知道，当我确实感到孤独时，认识这个真相有什么用呢？如果我觉得非常孤单，并没有感受到多大的欢乐，我该怎么办呢？

如果你以为你很孤独，那么你可以来找我。

到你的灵魂深处找我。在你的心里和我交谈。在你的精神里与我相伴。我会与你同在，你会明白这一点。

假如你每天跟我联系，这会简单得多。可是哪怕你没有每天跟我联系，我也不会让你失望，只要你呼唤我，我立刻会陪着你。因为这是我的承诺：甚至在你呼唤我的名字之前，我便已出现。

这是因为我一直都在，你呼唤我的名字这个决定，仅仅是提升了你对我的觉悟。

一旦你察觉到我的存在，你的悲伤将会离你而去。因为悲伤和神无法并存于相同的地方，因为神就是被捧到最高点的生活能量，而悲

伤则是被贬到最低点的生活能量。

因此，当我来找你时，请别贬低我！

哇，你说得太好啦。你又来了，你总是能用很棒的方法把道理讲得我们都能明白。但我认为人们不会那么做的，对吧？我认为人们其实不会贬低你。

每当你对某件事有预感，却置之不理，你就是在贬低我。每当你有机会结束糟糕的感受，或者停止冲突，却置之不理，你就是在贬低我。每当你不以微笑回报陌生人的微笑，在美妙的夜空下走过却不抬头望，路过花圃却不停下来注视它的美丽，你就是在贬低我。

每当你听见我的声音，或感到远方的爱人就在你身边，却说这只是你的幻想，你就是在贬低我。每当你在灵魂里感受到你对别人的爱，或者感觉心里有一首歌，或者在你脑海里看到美妙的景象，却置之不理，你就是在贬低我。

每当你发现自己正好读到对的书，或者正好听到对的布道，或者正好看到对的电影，或者正好在对的时间交到对的朋友，并将其归结于巧合、偶然或者“运气”，你就是在贬低我。

我告诉你吧：鸡啼之前，你们有些人将会否定我三次。

我可没有！我永远不会再否定你，当你邀请我去经验与你合一时，我也不会再拒绝你。

这份邀请是持续而永恒的，越来越多的人充分地感受到这种生活能量，并且不再贬低它。你们开始让力量与你们同在！这很好。这是非常好的。因为在下一个千年，你们将会种下进步的种子，而这种进步是这个世界前所未见的。

你们的科学技术已经有了长足的发展，然而你们的觉悟还有待进步。这将会是最大的进步，会让你们在其他方面的进展相形失色。

21世纪将会是觉悟的时代，遇见内在造物主的时代。许多人将会经验到与神的合一，以及与生活中的一切的合一。这将会是史册上早有记载的新人类黄金时代的起点，你们将会进入那些极具远见的人早已优美地描述过的宇宙人时代。

现在这世界上有许多极具远见的人，有许多导师和使者，大师与预言家，他们正在将这种前景摆在人类面前，并提供各种可以用来创造它的工具。这些使者和预言家是新时代的先驱。

你可以选择成为他们的一员。你，正在接受这份信息的人。你，正在阅读这本书的你。得到传唤的人很多，但做出这个选择的人很少。

你的选择是什么呢？现在我们可以用一个声音说话吗？

为了说出同样的话，我们必须都知道相同的道理。可是你刚才说有些人是不知道的。我被你搞糊涂了。

我并没有说有些人不知道。我说的是，有些人看似不知道。然而，别根据表象做判断。

你们所有人都知道一切事情。被派到这个世界来的人无不是明悉的。这是因为，你们就是明悉。明悉是你们的身份。然而你们已经忘记你们的身份和本质，以便可以再次创造它。这就是我们已经谈过很多次的再创造过程。

正如你也明白的，《与神对话》三部曲的第一卷详尽地解释了这个过程。所以表面上看你们是“不知道”。但其实更准确的说法应该是你们“不记得”。

有些人并不记得，而且不记得他们已经不记得。

有些人并不记得，但记得他们已经不记得。

有些人并不记得，但以为他们已经记得。

有些人记得，但不记得他们已经记得。

有些人记得，但假装他们已经不记得。

有些人记得，而且记得他们已经记得。

有些人已经完全忆起，他们已经再次变成神的身体的一部分。

# Chapter 15

我想要完全忆起。我想要与神团聚。这是每个人的灵魂都渴望的吧？

是的。有些人不知道，有些人不“记得他们记得”，但他们心里依然有这样的渴望。有些人甚至不相信有神的存在，可是他们内心深处的渴望不会消失。他们以为那是对其他东西的渴求，但到最后，他们将会发现，他们渴求的是重返家园，是再次变成神的身体的一部分。

那些不信神者将会发现这个事实，因为他们终将发现，无论他们达到多高的境界，取得多大的成就，也满足不了他们内心最深处的渴望。哪怕是别人的爱。

所有世俗的爱都是短暂的、难以持久的。哪怕是终身不渝的爱，顶多也就是持续半个世纪，或者稍微更久，但和灵魂的无限的寿命相比，也是很短命的。灵魂将会在你们所谓的死亡的瞬间、或者在那之前明白这个道理。因为到时灵魂将会意识到根本没有死亡，生命是永恒的，你们存在于过去、现今和未来，生生世世蕃息不绝。

当灵魂明白这个道理，它也将会明白，它原本以为永恒的爱，其实是短暂的。等到它展开下一段肉身之旅时，它将会有更深刻的理解，将会更轻松地忆起，将会认识到人在肉身生活里所爱的一切都是短暂的、转瞬即逝的。

这听起来蛮凄凉的。爱带给我的欢乐好像被剥夺了。我怎能彻底地去爱某个人或者某样事物呢，既然我已知道和宇宙的尺度相比，这种爱是如此短暂，如此……如此毫无意义。

我可没说爱是毫无意义的。爱绝对不会毫无意义。爱就是生活的意义本身。生活就是得到表达的爱。这就是生活。因此，每个爱的行动都是生活的最高表达。某件事、某种经验是暂时的，或者相对而言

是短寿的，并不等于说它是毫无意义的。其实这可能反倒让它变得更有意义。

不妨让我更详细地向你解释爱的本质，以便你能够有更完整的理解。

爱的经验是短暂的，但爱本身是永恒的。这种经验只是在此时此地表达了永远无所不在的爱。

我还是觉得这样的爱不会给我带来多少欢乐。

让我们试试看能否让你重新认为爱是欢乐的。你现在有爱着什么人吗？

有啊，很多人。

其中包括你现在的太太，对吧？

是的。南希。你知道的啦。

嗯，我是知道，但我正在引导你一步一步向前走，所以你只要回答我的问题就好。

好吧。

既然你觉得你特别爱这位南希，你和她有过性经验吗？

当然有。

这些经验是持续不断的、无休无止的吗？

我倒是想啊。

不，我可不认为你真的想。如果你认真考虑的话，你不会想的。但现在，姑且认为这些经验是短暂的，我的理解对吗？

对的。是间断的、短暂的。

时间不长吧？

那要看多久算长。

你说什么？

开个玩笑啦。只是开个玩笑而已。是的，相对来说，那些经验是很短暂的。

这使得它们失去意义了吗？

没有。

这使得它们失去乐趣了吗？

没有。

所以你是说你对南希的爱是永恒的，当你以这种方式来表达对她的爱时，你的表达是间断的、短暂的，对吧？

我明白你是什么意思啦。

很好。那么问题是，现在你是什么意思呢？

你的意思是，作为永恒的生灵，你仅仅因为爱的表达是短暂的，就无法享受这些经验，无法看到这些经验的意义所在吗？或者你的意思是，你已经达到了更高的认识境界，今后当你爱某样事物或者某个人时，你将会全心全意地去爱，哪怕你已经认识到这种爱的经验是短暂的？

如果你的意思是后者，那么你正在朝大师境界出发，因为大师知道，只要全心全意地去爱生活，去爱生活在每个时刻提供的一切，就能够展现出神的属性。

这是神的第二种心态。神是完全的爱。

是的，我知道这是神的第二种心态，也知道它能改变我的生活。

这次我不需要你向我解释啦。我理解彻底的爱是什么意思。

真的啊？

是的，我想我是理解的。

你居然知道完全的爱是什么意思？

是啊。它意味着不讲条件地、不加限制地去爱每个人。

这又是什么意思呢？如何才能做到呢？

嗯，我正在摸索呢。我每天都在探究。这有待我时时刻刻去发现。

你最好是时时刻刻去创造。生活不是发现的过程，而是创造的过程。

那么我如何时时刻刻去创造对不讲条件、不加限制的爱的经验呢？

如果你没有这个问题的答案，那你就不能说你理解完全的爱是什么意思。你懂得这些字的表面含义，但你不知道它们的真实意思。所以它们对你来说其实是没有意义的。

这就是如今“爱”这个字的问题所在。

也是“我爱你”这句话的问题。

是的，也是“我爱你”这句话的问题所在。人们会说出这句话，但许多人不明白爱别人的意思，不明白爱别人的真正意义。他们明白什么是需要别人，什么是觊觎别人的东西，甚至明白什么是为了得到他们想要的东西而自愿送出某些东西，但他们不明白真实地去爱、真正地去爱是什么意思。

“爱”这个字和“我爱你”这句话给很多人带来了极大的困扰和极大

的问题。

当然也包括我。说到爱，我的人生真是一场灾难。我以前不懂彻底地去爱是什么意思，我估计我现在也不懂。我可以说出那几个字，但我好像没有能力去实践它们。真的有人能够不讲任何条件、不加任何限制地、真正地去爱吗？人类能够做到这一点吗？

有些人可以的，也已经做到。

这些人叫做大师。

可惜我不是大师，无论是以这个还是其他标准而言。

你就是大师！你们所有人都是！你只是尚未经验到这一点。然而你正在通往经验大师境界的路上，我的孩子。

我希望我能相信你的话。

我也希望。

在最近这几年之前，我根本不懂爱。我曾以为我懂。但我什么都不懂，我的生活展示了这一点。你刚才也向我证明我真的还不懂。我是说，我嘴上说得头头是道，但真正做起来却是一塌糊涂。

我以前从未在书中谈到我的几段重要关系，因为我想尊重那些深受我伤害的人的隐私。我一直把我的“故事”埋藏在自己心里。但我可以大概地说，在我的前几段婚姻里，我做尽了各种让对方伤心的事（只是没有给她们造成肉体的伤害）。我犯尽了所有的错误。我表现得极其自私、无情和冷漠。

第一次结婚时，我二十一岁。当然，那时我自以为是成熟的人，明白关于爱的一切。其实我一无所知。关于自私我了解很多，但关于爱我一无所知。

那个倒大霉嫁给我的女人以为她找到了一个有情有义、体贴入微的人。其实她找到的是一个自私自利、专横独断的人，这人很像他父

亲，以为他是“老板”，喜欢通过贬低别人来抬高自己。

结婚后不久，我们就去了南方，很快又回到了安纳波利斯。我很投入地参与了当地的文化生活，加入了殖民演员影剧院，也协助制作了安纳波利斯夏日花园影剧院的首批表演节目。我是马里兰创意艺术中心的创办人之一，并联合其他几个人策划和协调了在该中心举办的首届安纳波利斯美术节。

可是那些年我在全职工作和我的“义务”之间奔忙，每周有三四个晚上不在太太和孩子身边，大多数周末也如此。在我的世界里，“爱”意味着让家里人衣食无忧，以及竭尽所能去做到这一点的意愿。这种意愿我是有的，我心甘情愿地承担起各种责任。然而当初我却以为这些责任开始和终结于我的钱包—— 因为父亲的责任似乎也是开始和终结于他的钱包。

唯有到后来，等到又多了几岁之后，我才能够承认我父亲对我的关照其实比我想象的要多。他替我缝制睡衣（他是个非常好的裁缝），烘焙苹果馅饼（那是世界上最美味的），带我去野营（我们参加幼童军夏令营时，他变成了领队），开车载我去加拿大钓鱼和去华盛顿特区及其他地方旅游，教我摄影和打字。这张单子是列不完的。

我父亲从来没有通过言语或者动作向我表示他的爱。他根本不曾说过“我爱你”，实质性的身体接触也是前所未闻的，只有在圣诞节或者生日才会破例。每逢这种日子，当我们拿到美妙的礼物之后，妈妈会教导我们“去拥抱你父亲”。我们会仓促地拥抱他。那是一种潦草的亲近。

对我而言，爸爸是家里权威的源头。妈妈是爱的源头。

爸爸的命令和决定，以及他对权力的挥舞，往往是专横独断的；妈妈则是慈祥、耐心和宽容的声音。我们会跑去求她帮我们绕开爸爸的规矩和戒条，或者让他改变他的主意。她经常能够做到。他们一个唱红脸，一个唱白脸，共同把戏演得很好。

我想在20世纪40年代和50年代，美国大多数父母都用这种模式来养育子女，而我在60年代照搬了这种模式，但也进行了部分修改。当我和孩子相处时，我常常说我很爱他们，也经常拥抱和亲吻他们。只是我陪他们的时间不是太多。

依照我接受的模式，“陪孩子”是女人的事情，男人要到外面的世界去“做事”。而我在外面做的事之一就是跟女人乱搞，最终酿成一段假戏真做的婚外情。这导致了我第一段婚姻的终结，并开启了我的第二段婚姻。

我从来不以我的作风为荣，虽然这么多年过去了，但我的愧疚却愈演愈烈。我已经向我第一位妻子道歉很多次，由于她向来是个宽宏大量的人，我们保持了多年的诚挚交往。但我知道我深深地伤害了她，我希望我有办法可以让以前的事重新来过，可以化解我以前做过的事，或者至少可以用不同的方式去做那些事。

我的第二段婚姻破裂了，接着是第三段—— 也彻底地失败了。我似乎不懂得如何维持稳定的关系，原因就在于我似乎不懂得如何去付出。我当时的观点是极其自私和幼稚的，我下意识地以为爱情的存在是为了给我带来快感和便利，最难处理的是维持好这些关系，同时又尽可能地别放弃我自己。

其实这正是爱情给我的感觉：在谈恋爱的过程中，我不得不一点一点地放弃我自己，直到我彻底消失。我不想那么做，可是当生活中没有“另一半”时，我又似乎快乐不起来。所以我遇到的问题总是这样的：为了在生活中拥有爱情、陪伴和感情（其实就是性啦）的稳定来源，我愿意“出卖”多少的自己。正如我刚才说过的，我并不以此为荣。在这里我只是想要坦诚相告。我的朋友玛丽·马宁·莫里赛牧师，俄勒冈州威尔逊郡丰裕生活中心的创始人，说我是“容易受伤的男人”。

第三段婚姻结束时，我以为我准备放弃了，但却又重蹈了两次覆辙，才能够维持一份长期的婚姻。在这过程中，我又生了七个孩子—— 其中四个的母亲跟我长期同居，但没有领过结婚证。

说我不负责任也许太过轻描淡写，可是每次我都相信（1）我终于找到能够白头到老的人，（2）我会竭尽所能维护好这段关系。由于当时我彻底误解了爱的真正含义，现在我能明白这些文字是多么空洞。

我希望我能够说我只对我的伴侣做出过这些行为，但可惜这只是真相的一半。在这个过程中，我和其他许多女人有过感情纠葛，我对待她们也是同样的幼稚和自私。

现在我完全明白这些往事中没有受害者和迫害者，所有的生活经验都是共同的创造，但我承认我在其中发挥了巨大的作用。我整整花了三十年才打破这种行为模式，我不愿意用新时代的箴言去掩盖这些丑陋的事实。

所以毫不奇怪地，当我快到知天命之年时，我发现自己孑然一身。正如我以前说过的，我的事业和健康也不比我的爱情生活好多少。我在绝望中眼睁睁地看着五十岁生日渐渐来临。1992年2月，正是在这样的人生遭际中，午夜梦回的我带着无比绝望的心情，给神写了一份愤怒的信。

我无法说出神的回答对我来说有多么重要。

那对我来说也很重要。

但我常常觉得奇怪，这件事为什么会发生在我身上呢？我没资格啊。

每个人都有与神对话的资格！这是关键所在！然而我无法向那些不愿和我对话的人证明这一点。

好吧，但为什么是我呢？生活不如意的人多了去。为什么选择我呢？许多人这样问我：“为什么是你啊，尼尔，为什么不是我？”

你怎么说呢？

我说神无时无刻不与所有人交谈。问题不在于神和谁交谈，而在于谁愿意听呢？

非常好。这个回答非常好。

应该的啊。这个答案是你给我的。但现在我不得不请你回答我刚才的问题。我如何时时刻刻去创造对不讲条件、不加限制的爱的经验呢？我如何能够采取这种神的心态，完全地去爱呢？

要完全地去爱，你要处于绝对自然的状态。爱是自然的事情。它不是正常的，但它是自然的。

麻烦你再次解释这两者的区别。

“正常”这个词的含义是常见的、普遍的、常规的。“自然”这个词指的是事物的本性。你们人类的本性就是爱，爱每个人和每样事物，不过对你们来说，这么做是不正常的。

为什么呢？

因为踏进这个世界之后，你们受到的教育是，要抑制你们的本性，也就是不要自然，不要率性而为。

为什么会这样呢？我们为什么会得到这种教育呢？

因为你们认为你们的本性是坏的，是恶的，是某种必须加以驯服、约束和控制的东西。所以你们要求全人类必须展现和坚守各种不自然的“正常”行为。“自然”的行为被当成有罪的、放肆的甚至危险而邪恶的表现。甚至让别人看到你们自己的“自然”状态，也被说成是一种罪过。

那倒是。有些杂志仍被某些人认为是“肮脏的”。裸体日光浴被许多人贴上“离经叛道”的标签。总而言之，裸露身体是必须避免的，人们甚至说那些在自己的房子、后院、泳池裸着身体走动的人是“变态”的。

不能暴露的远远不仅是我们的“私处”。在有些文化中，我们甚至不允许女人露出她的脸蛋、手腕或者脚踝。

当然，这也是可以理解的。假如你曾见过真正迷人的女性脚踝，你就能理解为什么有些人认为那肯定不能让公众看到。那是非常诱惑的，甚至会让人想入非非！

好吧，其实我是在开玩笑啦。但有些家庭、有些文化确实是这么保守的。

在你们的各种本性中，不被许多人鼓励的可不止这一种。你们不鼓励说出真相，哪怕说出真相对你们来说是非常自然的。你们不鼓励宇宙里的基本信任，尽管拥有这种信任对你们来说是非常自然的。你们不鼓励唱歌、跳舞、欢呼和庆祝，尽管你们身体的每根骨头都跃跃欲试地想要展现你们的身份的神奇之处！

你们会这么做，是因为你们害怕，如果“屈服”于本性，你们将会受伤害；如果屈服于自然的快感，你们将会伤害自己和别人。你们会有这种担心，又是因为你们持有的诱发思维是，人类的本性是邪恶的。你们以为你们“生而有罪”，也认为你们的本性是坏的。

这是你们对自己做出的最重要的决定，而由于你们创造着你们自己的实在，于是你们将这个决定付诸实践。你们不希望自己犯错，于是竭尽所能去证明你们自己是对的。你们的生活已经证明你们这种观点是对的，所以你们把这个观点吸纳进你们的文化故事。你们说，事实就是如此，由于你们不断地这么说，于是你们就信以为真了。

然而，除非你们改变你们的文化故事，改变对你们的身份的看法，以及对整个人类处境的看法，否则你们永远无法完全地去爱，因为你们无法完全地爱你们自己。

那是踏进完全的爱的第一步。你们必须完全地爱你们的自我。而这是你们无法做到的，除非你们不再认为你们的本性是邪恶的，是生而有罪的。

这个问题—— 人性到底是善还是恶—— 是当今人类面前最重要的问题。如果你们认为人类的本性是低贱的、邪恶的，你们将会创造一个支持这种观点的社会，依照它颁布各种法律，制定各种规则，推行各种政令，并施加各种约束。如果你们认为人类的本性是高贵的、善良的，你们将会创造一个截然不同的社会，那个社会只需要很少的法律、规则、政令和约束。第一个社会限制自由，而第二个社会给予自由。

神会完全地去爱，因为神是完全自由的。而完全的自由就是完全的欢乐，因为完全的自由为每种欢乐的经验创造了空间。自由是神的本性。它也是人类灵魂的本性。只要你没有完全的自由，你就没有完全的欢乐—— 也就无法完全地去爱。

这个道理你以前说过，所以我觉得它肯定非常重要。按照你的意思，完全的爱等于完全的自由。

是的，也等于让别人得到完全的自由。

你是说每个人都应该能够想做什么事都可以吗？

这是我的意思。是的，只要那件事在人类所能容许的范围之内。这是我的意思。

神的爱就是这样的。

神容许。

我容许每个人去做他们想做的事。

不会有后果吗？不会有惩罚吗？

这是两种不同的东西。

正如我反复跟你说过的，我的国度没有惩罚这种东西。但后果这种东西是有的。

后果是自然的结果，惩罚是正常的结果。在你们的社会，惩罚是很正常的，但干脆让后果去证实其自身、揭示其自身，却并不正常。

惩罚是你们的宣言，借以说明你们没有耐心去等待自然的结果。

你是说人们无论做什么事都不应受惩罚吗？

这要靠你们来决定。其实你们每天都在做出这样的决定。

在继续就这个问题做出选择的过程中，你们不妨想想什么样的方法能够最有效地改变你们的社会，或者改变社会成员的行为。毕竟这是你们施加惩罚的初衷。若是为了报复而惩罚，主张“以牙还牙”，你们将创造不出你们心目中的理想社会。

高度进化的社会已经发现，惩罚并不能带来教训。它们得出的结论是，后果是更好的教师。

全部有意识的生灵都知道惩罚和后果之间的区别。

惩罚是人为地创造结局。后果是自然发生的结果。

惩罚是由价值观与受罚者不同的施罚者从外部强加的。后果是由自我从内部经验的。

惩罚是他人决定某人做错了事。后果是某人自己经验到他做的事是无效的。也就是说，并不能产生他想要的结果。

换句话说，受惩罚不会让我们快速地吸取教训，因为我们认为惩罚是别人强加于我们的。而后果会让我们很快地吸取教训，因为我们认为后果是我们自作自受的。

正是如此。你说得很对。

但惩罚不能是后果吗？那不就是它的意义所在吗？

惩罚是人为创造的结局，不是自然发生的结果。把惩罚称为后

果，并不能真的将惩罚转变为后果。只有最幼稚的生灵才会被这种语言的把戏愚弄，就算是这样的生灵，也不会被愚弄很久。

可是这并没有促使你们当中许多人不再使用这种把戏来养育后代。你们设计过的最大惩罚是保留你们的爱。你们向你们的后代表明，如果他们做了某些事，你们就会保留你们的爱。你们试图通过馈赠和保留你们的爱来规范、修正和创造子女的行为。

这是神绝不会做的事情。

然而你们对自己的子女说，我也会这么做—— 这当然是为了让你们的行为显得合情合理。但我告诉你吧：真正的爱从不有所保留。这是完全的爱的含义。这意味着你的爱完整得足以包容最错误的行为。不仅如此。它甚至意味着没有任何行为会被称为“错误”。

埃里克·西格尔说得没错。爱意味着不必说抱歉。

这是完全正确的。可惜它是个非常高的原则，许多人并没有将其付诸实践。

绝大多数人甚至无法想象神会将其付诸实践啦。

他们倒也没错。我并不实践它。

我没听错吧？

我就是它。人无需实践他的本质，他只要是他的本质即可。

我是不讲任何条件、没有任何限制的爱。

我是完全的爱，而完全的爱意味着我愿意给每个成熟的生灵完全的自由，让他们去获得他们想要获得的身份，去做他们想要做的事，去拥有他们想要拥有的东西。

哪怕你知道那对他们是不好的？

轮不到你来替他们做决定。

甚至也不能替我们的孩子做决定吗？

如果他们是成熟的生灵，答案是不能。如果他们已经长大成人，答案是不能。如果他们尚未成熟，引领他们走向成熟的最快方法是，尽早让他们有做出尽可能多的选择的自由。

这是爱会做的事。爱会放手。至于需要，你们常常将其和爱混淆，则会做相反的事。需要会抓紧。这是你可以用来区分爱和需要的方法。爱放手，需要抓紧。

所以要完全地去爱，我要学会放手？

是的，但你要学的还有很多。要放下期待，放下你强加给爱人的各种要求、规则和禁令。因为他们如果受到限制，就不算被爱。不被完全地爱。

你也是如此。当你限制你自己，当你在任何方面没有给自己完全的自由，你就没有完全地爱你自己。

然而要记住的是，选择并不是限制。所以别将你做出的选择称为限制。请满怀爱意地向你的子女和爱人提供一切你认为你拥有的信息，以帮助他们做出各种好选择—— 这里所说的“好选择”，是指它们能够带来某个他们想要的具体结果，以及你知道他们最想要的结果：快乐的生活。

请与别人分享你对快乐生活的认识。请说出你对快乐生活的理解。然而别试图把你的想法、规则或选择强加给别人。要是别人做出了你不会做出的选择，请别保留你的爱。实际上，如果你认为他们的选择是很糟糕的，那么这时你更应该去展现你的爱。

这就是仁慈，没有比这更高级的爱。

除此之外，完全的爱还意味着什么呢？

它还意味着完全的存在，分分秒秒都存在。完全的觉悟。完全的敞开、诚实和坦荡。它意味着完全愿意由衷地表达你心里的爱。完全的爱意味着完全的坦诚，没有隐藏的目的或者动机，没有任何隐藏的东西。

你认为人类，像我这样的普通人，能达到这种爱的境界吗？这是我们力所能及的事情吗？

它岂止是你们力所能及的事情。它就是你们的本质。这是你们的身份的属性。你们最难做到的事情就是否定它。你们每天都在做这件困难的事。所以你们会觉得生活好难。然而如果你们做的是件轻松的事，如果你们决定依照你们的真实身份—— 纯粹的、毫无条件的、不受限制的爱—— 去行事，你们的生活将会再次变得轻松起来。所有的骚动将会消失，所有的挣扎将会离开。

你们随时可以达到这种平安的境界。要找到通往这种境界的路，你只需提出一个简单的问题：

现在爱会怎么做？

又是这个神奇的问题啊？

是的。这是个神奇的问题，因为你永远知道答案。就像变魔法那样。它像肥皂那样具有洗净的功效。它会消除亲近带来的忧虑。它会洗净所有怀疑、所有害怕。它会用灵魂的智慧替精神洗澡。

你说得真好。

事实如此。当你提出这个问题，你立刻会知道该怎么做。在任何情况之下，你都会知道。你将会得到答案。你就是答案，只要提出这个问题，答案就会出现。

万一你是在欺骗自己呢？你不会欺骗自己吗？

当答案瞬间出现时，别对它进行评判。对它进行评判就是在欺骗

自己—— 这会让你自己变成傻瓜。请走进爱的中央，请从那个地方出发去做出你所有的选择和决定，你将会找到平安。

# Chapter 16

完全的接受、完全的祝福和完全的感恩是什么意思呢？这是神的五种心态的最后三种，我不是很能理解，尤其是第三种和第四种。

完全的接受意味着别与当前出现的事物或境况争吵。这意味着别拒绝它、丢弃它、离开它，而是去拥抱它、紧握它、热爱它，就像它是你自己的。因为它确实是你自己的。它是你自己的造物，你对它很满意—— 也可能不满意。

如果你不满意，你将会厌恶你的造物，而厌即是恋。因此要欢乐，要高兴，假如当前的境况是你现在想要改变的，只要选择以别的方式去经验它就好。也许外在的表象、外在的现象根本没有变化，但只要你有决心，你对它的内在经验可以也将会永远改变。

请记住，这是你要做的事情。请别在乎外在的表象，而是只关注内在的经验。外在的世界请随它去。请依照你的心愿去创造你的内在世界。这就是身在人世却超凡入圣的含义。这就是大师的生活境界。

让我来归纳你的意思。你应该接受任何事物，甚至是那些你不认可的，对吗？

接受某样事物不等于拒绝改变它。其实恰好相反。你无法改变你不接受的东西—— 尤其是那些在你自己之内的，那些在你自己之外的也是如此。

因此要接受每样事物，把它当成是你内在神性的神圣显露。然后你要宣称是你自己创造了它，唯有这样你才能“解构”它。唯有这样你才能辨认出—— 也就是重新认识—— 你内在重新创造事物的力量。

接受某样事物不等于认可它。这只意味着去拥抱它，不管你是否认可它。

连魔鬼你都愿意让我们去拥抱，对吧？

不然你怎样挽救他呢？

我们以前讨论过这个话题。

是的，我们还会继续讨论。我会反反复复地和你分享这些真相。你会反反复复地听到它们，直到你听进去了。如果你发现我正在重复我自己，那是因为你正在重复你自己。你正在重复你所有的行为、举动和思维，这再三再四地给你带来伤心、悲痛和失败。然而你是可以获得胜利的，你是能够战胜你的这个魔鬼的。

当然，魔鬼是不存在的—— 这我们以前讨论过很多次。我们在这里只是打个比方。

你如何能够治愈你甚至不愿握紧的东西呢？你首先必须在你的手心里、在你的实在里紧紧地抓住某样东西，然后你才能放开它。

我好像没听明白。请帮我解释。

你无法抛下你没有抓住的东西。所以要把握生活中的一切！那都是我带给你们的喜讯。

神是完全的接受。

人类则非常挑剔。

人类会彼此相爱，可是当对方做了这样那样的事，他们就不爱了。他们爱这个世界，可是当这个世界并没有让他们满意，他们就不爱了。他们也爱我，可是当他们对我感到失望时，他们就不爱了。

神从不挑剔。神接受，接受每个人和每样事物。

毫无例外地接受。

完全的接受听起来很像完全的爱啊。

它们根本就是一回事。我们是在用不同的名词来描述相同的经验。爱和接受是可以互换的概念。

若想改变某样事物，你首先必须接受它的存在。若想爱某样事物，你也必须如此。

你的自我可以分为许多部分，你无法去爱那些你否定其存在、拒绝承认其存在的部分。你已经拒绝承认许多你不希望看到的部分的存在。由于否认了自我的这些组成部分，你无法完全地去爱你自己——因而也就无法完全地去爱别人。

狄波拉·福特有本书是关于这个主题的，叫做《光明追逐者的黑暗面》。它谈到有些人追求光明，但不知道如何处理他们自己的“黑暗”，不明白黑暗里其实也隐藏着礼物。我推荐大家都看看这本书。它能改变人们的生活。它用通俗易懂的文句解释了接受何以是祝福的原因。

接受确实是祝福！若没有接受，你就会谴责你自己，谴责他人。然而有了爱和接受，你会祝福每个和你有所接触的人。当你学会了完全地去爱和完全地去接受，你会完全地去祝福—— 这会让你和其他每个人感到完全的欢乐。

每种心态都是相通的，每种心态都是相连的，现在你开始能够明白，神的五种心态其实是相同的。它们是神的本质。

神这种完全祝福的属性，就是那种从不谴责的属性。神的世界并没有谴责，只有赞扬。你们所有人正在从事的工作都是值得赞扬的，因为你们正在完成的任务是去认识和经验你们的真实身份。

我母亲每当遇到糟糕的事情，她总是会说：“神祝福它！”换了别人可能会说：“神诅咒它！”但我妈妈会说：“神祝福它！”

有天我问她为什么。她用奇怪的眼神看着我，好像无法理解我何以会提出这样的问题。然后，她怀着人们向小孩解释道理时会有的爱意和耐心，回答说：“我不希望神诅咒它。我希望神祝福它。这是唯

一能让它变好的办法。”

你母亲是个非常“清醒”的人。她明白许多道理。

去吧，去祝福你生活里所有的事物。要记住，我派到人间的都是天使，我送给你们的全是奇迹。

要怎样才算祝福事物呢？我不懂怎么做到，也不懂这几个字是什么意思。

祝福某样事物，就是把你最好的能量、最高的思维送给它。

我应该把我最好的能量、最高的思维送给我憎恨的事物吗？比如说战争？暴力？贪婪？不友善的人？不人道的政策？我想不通。反正我不能把我的“祝福”给这些东西。

但这些事物恰恰需要你最好的能量和最高的思维才能被改变。难道你还想不通吗？通过谴责，你什么也改变不了。其实你的谴责只会让它变本加厉。

我不能谴责血腥野蛮的屠杀、肆无忌惮的歧视、司空见惯的暴行和恣意妄为的贪婪？

你什么也别谴责。

真的啊？

真的。难道我没派我的教师来告诉你“别审判，也别谴责”吗？

可是如果我们什么都不谴责，那好像我们什么都赞同啊。

不去谴责并不等于不想改变。你不谴责某样事物，并不等于你就赞成它。这只是意味着你拒绝审判它。但从另外一方面来说，你也许仍会选择别的东西。

想要改变的选择未必总是来自愤怒。实际上，你越是消除你的怒

气，你就越有机会去进行真正的改变。

人类往往把愤怒当做寻求改变的理由，把审判当做愤怒的理由，又把受到伤害当做审判的理由。你们由此创造了大量的闹剧。

许多人用这种方法来结束恋爱关系。你们不会直截了当地说："我完满了。当前这种关系对我再也没有用了。"你们惯用的伎俩是，先觉得自己受到伤害，然后进行审判，接着怒气冲冲，以此来显示你想要改变是合情合理的。好像缺少了愤怒，你们就无法拥有你们想要的，就无法改变你们不喜欢的。于是你们由此制造了各种各样的闹剧。

现在我要告诉你：祝福你的敌人，为迫害你的人祈祷。把你最好的能量和最高的思维送给他们。

你无法这么做，除非你把每个人和每种境况当成天使、礼物和奇迹。当你这么做，你会进入彻底的感恩。你将会完全地感恩（这是神的第五种心态），而循环将会圆满。

这种感恩的心态是很重要的，对吧？

是的。感恩这种心态能够改变一切。要为某样事物感恩，你要停止厌恶它，要正视它，承认它是礼物，哪怕你一时不明白它的宝贵之处。

此外，正如我早已教过你的，为某种经验、境况或结果而生的预先感恩，是创造你的实在的有力工具，也是达到大师境界的标志。

确实是很有力，我认为第五种心态应该摆在第一位。

实际上，和与神为友的七大步骤相同，神的五种心态的神奇之处在于，它们的次序是可以颠倒的。神是完全的感恩、完全的祝福、完全的接受、完全的爱和完全的欢乐！

这又让我想起了我最喜爱的祈祷词，那是我听过的祈祷词中最厉

害的："谢谢你，神，谢谢你帮助我明白我的这个问题已经得到解决。"

是啊，这是很厉害的祈祷词。下次遇到让你困惑的境况，不仅要立刻表达你对解决方法的感恩，也要表达你对问题本身的感恩。只要这么做，你就能立刻改变你看待它的视角，以及你对它的心态。

其次，要像你母亲那样，祝福它。把你最好的能量和最高的思维给它。这样你就把它变成你的朋友，而不是你的敌人；这样它就会支持你，而不是和你作对。

再次，要接受它，别厌恶邪恶。因为厌即是恋。唯有接受，你才能改变。

接着呢，用爱包裹它。无论你经验到的是什么，你真的可以用爱驱走任何你不想要的经验。从某种意义上来说，你可以"爱它到死"。

最后，要欢乐，因为你得到的是恰切而完美的结果。没有什么能剥夺你的欢乐，因为欢乐是你的身份，是你永远会有的身份。所以每当面临问题时，去做欢乐的事情。

就像安娜在音乐剧《国王和我》中所唱的：

"每当我唱起欢乐的歌谣，快乐的旋律让我不再害怕！"

是啊。你的理解很透彻。

我有个朋友，他每一天、每一秒都在应用这些心态。他治疗其他人的办法是，帮助他们明白他们可以轻松而迅速地改变他们的心态，并让他们看到这种改变会给他们的生活带来什么样的变化。他的名字是杰里·简波斯基（正式的称呼是杰拉德·简波斯基医学博士），他有本突破性的著作，叫做《爱会让你不害怕》。

杰里创办了心态治疗中心，位于加利福尼亚州的索萨里托，目前在世界各大城市开设有超过130个分支机构。我从未见过比他更和蔼

可亲的人。他以积极的心态看待一切。真的。我从未在他家里“听到让人泄气的话”。就这方面而言，他是非凡的，他对待生活的心态令人茅塞顿开。

南希和我曾与杰里和他那位极具成就的太太戴安妮·苏里西安尼相处过几天。其间我发现我很看不惯他家里另一位客人，我也不想和他发生争执，但可惜无法克服自己的情绪。之前接连几个月的奔波劳碌让我身心俱疲，我并没有非常心平气和地去处理那种情况。

杰里看出我很烦躁，于是问我是否需要他的帮助。所有认识杰里的人都知道，每当他发现身边有人感到不舒服，他就会这么问。

我告诉他，我早前和另一位客人发生了争执，心里有点不爽。杰里立刻建议我最好和他本人、戴安妮及那位客人坐下来，好好审视这次争执，“看看要怎样才能挽救它”。

然后他试探性地问我：“你是愿意挽救它呢，还是想就这么不爽下去？”

我说我也不是有意要继续不爽下去，但我很难摆脱这种情绪。“嗯，事物的发展取决于你看待它的心态，”杰里用非常友善、十分平静的声音说，“这次争执很可能会带来某些非常积极正面的东西。让我们来看看那会是什么。”

我们依照他的建议进行了会谈，在他和戴安妮的协助下，我跟那位客人踏上了重归于好的道路。在我和我的内心、我的真实身份完全失去联系时，杰里能够在我身边，我真的很感恩。戴安妮和杰里没有偏帮谁，没有进行评判，没有任何粗暴的干预，他们只是不断地建议我更换看待事物的方式，让我能够站在别人的立场上思考。他们不仅挽救了我和那位客人的关系，也给了我各种工具，让我能够在日常生活中应用心态治疗的原则。

遇到问题时有杰里在身边帮忙是很幸运的，可惜不是每个人都有这样的运气，但我们可以有杰里的智慧相伴。正是由于这个原因，我

才会为他的新著《宽恕：最伟大的治疗师》感到兴奋不已。

杰里·简波斯基的独特之处在于他非凡的心态。它能挽救一切，甚至还挽救了杰里的视力。

事情正好发生在我们去他家那几天，杰里当时患有眼疾，并且日渐恶化。其实杰里早就安排好要动手术，开刀的日子就在我们去他家的那几天。手术虽说可能提高他的视力，但也非常有可能会导致视力下降。实际上，他有一只眼可能会彻底失明。

杰里对这些满不在乎。他根本想都不想。他就是不去考虑这回事。手术前几天，他避免谈起它，我记得他当时去医院之前带着灿烂的笑容。“不管结果怎么样，”他大声宣布，“我都可以接受。”

这位大师那天传授了我一个道理。

接受某样事物不等于认可它。这只意味着去拥抱它，不管你是否认可它。

是的。我看得出来杰里会接受和祝福他拥有的经验。

祝福某样事物，就是把你最好的能量、最高的思维送给它。

所以当我听到神的五种心态时，我立刻想起了杰里。他是持续地实践这五种心态的人。

人们总是问我，自从我的书出版之后，我的生活发生了什么变化。有种让我深感荣幸的变化就是能够与杰里·简波斯基这样的人相识和成为朋友。《与神对话》三部曲带来了许多让我获益匪浅和倍感谦卑的后果，和许多我素来仰慕的人有所接触并发展出私交便是其中之一。我在这些非凡的人身上看到我尚未掌握的，他们让我茅塞顿开。

当然也有其他变化，而最重要的发生在我和神的关系。

现在我和神有了私交，这让我经验到持续的安康、充沛的力量、个人的成长、丰富的灵感和确凿的爱。我的生活其他重要的方面也因

此而发生了变化。

我对各种关系的经验变得截然不同，而我的个人关系则印证了这一点。我和别人的交往变得快乐和令人满足。就拿婚姻关系来说吧，写下这些文字时，我和南希的婚姻已经走进第五个年头，我们的爱情几乎像童话般动人。它的开端是美好的，而且日复一日变得更加美好。这并不等于它会以目前这种形式永远持续下去。我不愿做出这样的预言，因为我不愿给南希或者自己施加那种压力。但我相信，哪怕将来这种关系发生了变化，我们之间仍将永远诚实相待、彼此关怀，仍将有情有义、相亲相爱。

得到改善的不只是我的人际关系，还有我的精神健康和身体健康。现在我的状态比十年前更好，我觉得浑身充满了活力。我也不愿预言这种状态会永远持续下去，因为我不想给自己施加那种压力，但我可以告诉你的是，哪怕我的健康发生了变化，我内在的平安和深深的欢乐将不会改变，因为我已经看到我的生活的完美之处，我再也不会质疑结果，再也不会为它们感到挣扎。

我对富裕的理解也有所改变，现在我经验到的是一个既不匮乏也没有限制的世界。我知道这并非大多数人的经验，但我每天有意识地努力去帮助别人改变他们的经验。我也毫不吝啬地分享我的富裕，支持许多我认可的项目、计划和人，我把这当成是表达、经验和重新创造我的身份的另一种方式。

是的，我也得到许多和我有私交的伟大导师和预言家的启发。从他们身上，我看到了是什么让他们出类拔萃，是什么让他们超群绝伦。我提到他们，倒不是因为我有崇拜明星的心理或者想要狐假虎威，因为我明白让这些杰出人士脱颖而出的因素，我们大家身上也都有。我们每个人身上都有相同的魔力，我们越是了解那些已经让生活的魔力发挥作用的人，就越是能够让它在我们自己的生活中也发挥作用。就这方面而言，我们大家都是彼此的导师。我们是向导，彼此召唤着，目的不是为了学习我们的真实身份，而是为了忆起、为了再次认识我们的真实身份。

玛丽安妮·威廉姆森就是这样的向导。我想告诉你们我向她学到了什么。

我学到的是勇气。

她很好地让我学会了勇敢，学会了致力于勇攀人生的高峰。我从未认识比她更有个人力量或者灵性毅力的人，也不认识理想比她更远大的人。但玛丽安妮并不只是泛泛地谈论她对这个世界的理想，而是身体力行，每天不知疲惫地将其付诸实践。这就是我从她身上学到的：要不知疲惫地工作，将你拥有的理想付诸实践，并且要勇敢地这么做。现在就行动。

我曾与玛丽安妮·威廉姆森同床。要是发现我告诉你们，她肯定想杀了我，但这是真的。在我们同床的时候，我学到了许多伟大的道理。

好啦，其实我们只是同床啦，并没有共枕。当时我妻子南希在房间里走进走出，一边收拾行李，一边和我们闲聊。其实我们当时去玛丽安妮家做客，和她共度了一段美好而珍贵的私人时光。离开那天早晨，玛丽安妮和我一起坐在她的床上，我们喝着橙汁，吃吃饼干，聊起了生活。我问她是如何做到不断前进，这么多年来如何毫不停步地匆匆前行，以如此非凡的方式影响许多人的生活。她温柔地看着我，但眼里蕴含的力量我到今天还能记得。“这就是献身，”她说，“这就是实践你做出的最高选择，那些许多人只会泛泛而谈的选择。”

然而，她激将了我。“你准备好这么做了吗？”她问，“如果是，那很好。如果不是，那就退出公众的视线，别成为公众人物。因为如果你给了人们希望，你就变成了模范，你要愿意发挥巨大的领袖作用，你要愿意身体力行地过上模范的生活。至少你要尽力去尝试。如果你失败了，人们可以原谅你；但如果人们发现你试都没试过，那他们会很难原谅你。

“和别人分享你的进化过程会促使你踏上快速的进化之路。如果你告诉别人某件事对他们而言是可以做到的，你必须愿意展示你也能

做到。你必须献身于这种生活。”

她说的这种生活方式肯定就是“清醒地”生活。

然而即使我们有意识地设定目标，有时候似乎还是会发生偶然的事情。但我已经了解到人世间没有偶然的事情，在我们清楚目标之后，各种并发事件无非是神替我们整理局面的方式而已。你越是专注地、有目标地生活，你在生活中发现的偶然事件就会越多。

例如，《与神对话·第一卷》出版后，我的目标就是让尽可能多的人看到这本书，因为我相信它蕴含着给全人类的重要信息。它上市后两个星期，伯尼·西格尔博士在安纳波利斯开讲座，谈的是医学和灵性理论之间的关系。在演讲的过程中，他说：“我们大家一直都在跟神说话，我不知道你们的情况，但我正在把我的对话写下来。实际上，我下一本书就叫做《与神对话》，书中有个男人向神提出了各种问题，神给了他答案。他并不理解所有的答案，甚至和神有点争执，所以他们进行了这次对话。这是我自己的真实经验。”

听众席上每个人都哈哈大笑—— 除了一个年轻的女子。

那是我的女儿。

萨曼莎那天“恰好”去听演讲，在第一次休息时，她冲到讲台上。“西格尔博士，”她上气不接下气地说，“你刚才说你要写那本书是真的吗？”

“当然啊，”伯尼微笑着说，“我写了有一半啦！”

“好吧，那很有意思，”萨曼莎强作镇定地说，“因为我爸爸刚出版了一本书，和你描述的一样，连书名都一样！”

伯尼睁大了眼睛。“真的啊？那很好玩。但我倒是不意外。某个想法‘出现’之后，任何人都能利用它。反正我认为我们大家都应该写下我们自己的《圣经》。我想跟你父亲聊聊。”

第二天，我打电话到西格尔博士在康涅狄格州的家。我们分享了各自的经历，原来他真的在写我刚出版的那本书。当时我并不明白这一切都是完美的，而是陷入了恐慌。我开始想象最糟糕的场面：伯尼的著作出版两个月之后，有人在书架的角落翻出拙著，并指责我剽窃了他的书。

我非常尴尬，所以在交谈中没有提到这些想法。毕竟我自己的书警告人们不要把害怕当成思维的基础，反复地要人们抛弃负面的想法，用正面的想法来取而代之。伯尼很友好地说他想看看我的书，我答应给他寄一本。挂了电话之后，我尽量把事情往好处想。随后几个星期，我的心情总是在担忧和好奇之间徘徊。好奇是担忧的对立面。好奇的对象是某些神奇的东西，而担忧的对象是某些烦恼的东西。现在我常常好奇—— 也就是说，用我的精神能量制造出许多神奇的事。当时我至少仍有半数时间是在担忧中度过的。

半数时间的好奇肯定已经足够，因为你知道后来伯尼·西格尔是怎么说的吗？他不仅重新命名和重新撰写了他的作品—— 他还反过来为我的书写封底推荐语！他是第一个为《与神对话》撰写封底推荐的名人，有些读者本来会对一个以前没有出版过任何作品的作者心怀疑虑，而伯尼的评语帮助他们看到我那本书的价值所在。

喏，各位朋友，这就是风度。这是大人物的气派，他知道提携他的同类不会给他造成什么损失。尽管这个同类踏上的是相同的地界，涉及的是相同的领域，但伯尼并没有说，喂，这里的空间足够容下我们俩，而是更为大方地说，我会把我的空间让给这个人。

自那以后，我和伯尼有了私人的交往。我们甚至还一起做演讲。他有着令人愉快的性格，眼里的光彩足以照亮每个房间。那是无私的光彩，或者用我自己的话来说，那是伯尼因素。

你的眼睛也将会闪耀这光彩，只要你像伯尼那样去生活，去提携每个和你有所接触的人。这当然就是“有益地”生活。

伊丽莎白·库伯勒—罗斯常常说：“所有真正的利益都是相互

的。”这是个伟大的教诲，因为当我们有益于别人，其实也是有益于我们自己。我认识一个人，他完全明白这个道理。

加里·祖卡夫的家离我家只有一小时的车程。我们—— 加里和他的灵性伴侣琳达·弗兰西斯，南希和我—— 常常在我位于南俄勒冈州的家里聚会。他曾经在晚餐时对我说，他十年前写过《灵魂的座位》。当然，我熟知这本书，它出版不久我就看过了。他还写过《跳舞的物理大师》。这两本都卖得很好，加里突然间成了名人。只是他不想当名人。在他心里，他只想和普通人那样默默无闻。但畅销书作者未必能够做到这一点，所以加里不得不有意让自己远离聚光灯。他“消失”了好几年，婉拒许多讲座邀约和采访请求，退隐到某个安静的地方去沉思他以往的所作所为。他的著作真的对社会有益吗？它们值得读者这么关注吗？他做出了什么贡献吗？他的位置到底在哪里？

在加里和我分享这个过程时，我意识到我尚未向自己提出这些问题。我只顾埋头前行。我知道我必须向那些已经对这种问题有过深入思考的人学习，我也想这么做—— 可是我不知道要怎样或者什么时候才能得到这种机会。

把时间往前推十个月。当时我登上一架前往芝加哥的飞机。走进机舱时，我遇到了加里·祖卡夫。我们“碰巧”搭乘相同的航班，座位又处在相同的区域，不过我们去那座城市的理由是完全不同的—— 而在隔着通道闲聊的过程中，我们发现我们预订了同一家酒店！好吧，我心里想，这到底怎么回事？又是另一次“偶然”吗？

到了酒店之后，我们约好共进晚餐。当时我正在写你目前看的这本书，写得不是很顺利。一切都停顿下来了。看菜单的时候，我把这回事告诉了加里。我说我很担心，因为我准备在书里写我的人生故事，我不知道读者会不会感兴趣。

“他们感兴趣的是真相，”加里直截了当地说，“如果你只是为了讲故事而讲故事，那么这些故事的价值很有限。但如果你描绘你的人生经历，是为了分享你从中吸取的教训，那这些故事会变成无价之宝。”

当然，他安静地补充说，你必须愿意彻底地呈现你自己才能做到这一点。你不能戴着面具。你必须愿意恳切、坦诚，并且实话实说。如果你没有像大师那样去处理某种生活境况，如实地说出来。如果你并没有实践你自己的学说，大方地承认。人们会从中学到东西。

“所以，”加里说，“尽管讲述你的故事，但记得要说明你的现状，以及你学到的教训。这样我们就会被你的故事吸引，因为它变成了我们的故事。你明白了吗？我们走的是相同的道路。”他露出温暖的笑容。

当然，那时加里·祖卡夫已经重返公众的视线，接受了奥普拉的专访邀请，甚至还出席许多图书签售会和讲座。他那本关于灵魂的著作又再度畅销起来。我问他如何处理他的盛名。他当然明白我其实是在请他给我建议，以便我能处理我自己的名望。所以他略作思考。刹那间他的眼神凝住了，我看得出来他的思绪飘到了别处。随后他开口了，又是很安静。

“首先，我必须找到我的中心，我的内在真相，我的真诚。我每天都在寻找这个。我积极地追求它。刚才在回答你的问题之前，我去找它了。然后，无论我做什么事，不管是写作还是接受媒体采访，我都会从那个地方出发。比如说，假设我上了奥普拉的节目，我会努力忘记我正在对七千万人说话。我会努力只跟坐在我面前的主持人，坐在演播厅里的观众说话。如果我从不放弃我的中心，我就能够和我自己保持协调，这又让我能够与别人以及我身边的一切保持协调。”

这当然就是“和谐地”生活的意思。

我内心的真相是，自从《与神对话》三部曲出版之后，生活变得激动人心了—— 而最令我激动的是，我发现许多大明星或者重要人物并不像我有时候想象的那样傲慢自大，拒人于千里之外。我遇到的知名人士都是非常“真实”、率真、敏感和体贴的—— 我越来越明白这是杰出人士共有的性格特征。

有一天，我家里电话响了，打来的人是埃德·阿斯纳。他和伊伦·

博尔钦把《与神对话》灌录成有声读物。我们谈到了《华尔街日报》头版那篇八栏的批评我的文章。“喂，”埃德大声说，“别上他们的当，哥们。”我感觉到他想要对我说几句鼓励的话，因为他知道这肯定会让我情绪低落。我说我正在考虑写信给《华尔街日报》，回应那篇攻击文章。

“不要，”他说，“别那么做。那不是真正的你。我知道那家报纸想让你身败名裂。”他先是哈哈地笑着说，然后变得很严肃。“他们不认识真实的你，但你认识的。做你自己，因为那才是最重要的。会过去的。一切都会过去的。只要你坚持做你自己。别因为任何人或者任何事背弃你的真相。”就像加里，埃德·阿斯纳也是个温柔而充满爱意的人，他完全明白什么是真诚，也在生活中实践它。

雪莉·麦克雷恩也是这样。

我是通过《早安，美国》的娱乐记者香达儿·威斯特曼认识雪莉的。那时我们准备为《早安，美国》拍摄专访，开机那天，香达儿陪南希和我在圣莫妮卡吃午饭。“我认识一个人，我觉得你应该认识她，她也应该认识你。我敢说她肯定有兴趣和你见面，”香达儿吃色拉的时候说，“我打电话叫她来？”

“你说的是谁啊？”我问。

“雪莉·麦克雷恩，”香达儿漫不经心地回答。

雪莉·麦克雷恩？我心里大喜若狂，我居然可以见到雪莉·麦克雷恩？但表面上我强作镇定。“好啊，如果你愿意安排的话，”我装作若无其事地说，“那就打呗。”

你觉得如果我们让别人看到我们真的为某件事而激动，别人就会觉得我们比较幼稚吗？我不知道。我不知道别人会怎么看。我只知道我已经放弃。我不再用层层伪装将自己保护起来，不再担心别人会知道我的想法、我的感受或者我的处境。如果我这辈子一直生活在伪装之下，那这样的生活有什么意义呢？我要努力向加里、埃德和雪莉这

样的人学习。

那天晚上，我们和雪莉在比佛利山庄酒店的私人包厢里吃晚饭。雪莉·麦克雷恩是个非常真实的人，是我认识的人中最真实的。她也会开门见山地让你把真实面目呈现给她。我这句话的意思是，她不喜欢说很多无意义的客套话。她不喜欢东拉西扯的闲聊。

我在她身边的位子坐下时，她说："那么你是真的和神说过话了？"

"我认为是的，"我谦虚地回答。

"你认为？"她难以置信地说，"你居然说你认为？"

"好吧，"我磕磕巴巴地说，"那是我的亲身经历。"

"那你怎么不这么说呢？难道那不是事实吗？"

"那是事实。只是如果我直截了当地这么说的话，很多人会觉得难以接受。"

"哦，原来你关心别人的想法啊？"雪莉追问说。这时她的脸离我很近，她的眼睛直视着我的眼睛。"为什么呢？"

雪莉总是在提问。你对这个有什么想法？你对那个了解吗？你怎么会认为你了解呢？如果发生了这样那样的事情，你会怎么样呢？自那以后，我和雪莉又有几次愉快的会面，我非常明白她何以能成为如此非凡的演员。她好像会对她遇到的每个人进行个案研究，对他们产生非常真实的兴趣，她也把自己的真面目呈现给每个人。她毫无保留。她的欢乐、笑声、泪水、真相—— 和盘托出，这些是一个忠于自我、坦诚率真的人送出的礼物。她从不为任何原因向任何人剪裁她的行为、性格、评语或者对话。

是雪莉的为人，而不是她跟我相处时说过的某些话，让我明白了这个道理：永远不要把别人的答案当做自己的，永远不要放弃你的身

份，永远不要停止让自己变得更好的脚步。

这需要勇气。

后来我又有幸认识我的熟人中最勇敢的两位：伊伦·德坚尼雷斯和安妮·哈切。

那是1998年12月，这两位非凡的女性邀请我和南希去小住几天。她们说准备在元旦那天举办一个朋友聚会，出席的人不会很多，问我们能不能及时赶到。“新的一年，我们要开始新的生活。我们认为你是最适合陪我们过元旦的，”她们在信里说，“因为你的书给了我们很多启发。”

我和南希正在科罗拉多州的埃斯特公园举办每年一次的“再造自我年终静修营”，结束当天我们就坐飞机赶了过去。

我认为地球上没有比伊伦和安妮的家更让我感到舒服的地方。你很难不立刻感到浑身自在，因为在她们家，所有的伪装都不见了，所有虚假的东西都消失了。她们会无条件地接受你的身份，接受你的本来面目；你只要做你自己，无需任何借口，无需进行解释，无需感到内疚、羞愧、害怕，更无需觉得自己“不够”好。我会有这种体验，倒不是因为她们做了什么事，而是因为她们的为人。

首先，她们是慈爱的。她们的爱是公开的、真诚的、持久的。她们彼此分享这种既温馨又轻松的爱，也和房间里的其他人分享。其次，她们是坦诚的—— 这当然是表达爱的另一种方式。那个空间里没有不可告人的目的，没有秘而不宣的真相，也没有一丁半点的欺骗。她们呈现她们的真面目，你呈现你的真面目，这完全是没问题的。而这种坦诚相待又让共处的时光变得很愉快。

安妮和伊伦的家，安妮和伊伦的心，贴着这样的标语：“欢迎光临，在这里你是安全的。”

把这种礼物送给别人是多么的特别。我只希望我永远能够在我自己的地方向每个和我有所接触的人提供这种安全。现在已经有许多大

师向我做出了示范。

我只希望我能够更早几年遇到这些非凡的人物。

一切都是完美的。你遇到他们的时间是恰恰好的。

是的，但要是更早几年，我就可以向他们学习，也就不会给别人造成如此之多的伤害。

你没有伤害过任何人，同样道理，别人也不曾伤害过你。难道你这辈子没有把某些人当做迫害你的恶棍吗？

嗯，大概有一两个吧。

他们给你造成不可逆转的伤害了吗？

没有吧，我觉得。

你觉得？

你的口气听起来像雪莉。

那总比听起来像乔治·伯恩斯好。

你倒是挺幽默的。

在你的生活中，有些人做了你希望他们不要做的事，有些人没做你希望他们去做的事，这些人并没有给你造成伤害。这是重点所在。

我要再次告诉你这句话：我派到人间的都是天使。这些人全都给你带来了礼物，美妙的礼物，用以帮助你们忆起你们的真实身份。你们对别人也是这么做的。当你们完成这次美好的征途，你们将会明白这个道理，你们将会彼此感谢。

我告诉你吧，终有一日，你会回顾你的生活，并为它的每分每秒而感恩。所有的伤害、所有的悲伤、所有的欢乐、所有的庆祝，你生活中所有的时刻，都将会变成你的财宝，因为你将会明白这种人生安

排是绝对完美的。你将会离开编织机，看清整张地毯，你将会为它的美丽而哭泣。

所以要彼此相爱。要爱每个人。要爱所有人。甚至要爱你所说的迫害者。甚至要爱你所说的敌人。

要彼此相爱，并爱你自己。看在神的份上，好好爱你的自己。我是说真的，要爱你自己，这是帮神的忙。

有时候我很难爱自己。尤其是当我想起我从前的所作所为时。我这辈子大多数时候不是一个非常好的人。从二十岁到五十岁，我有整整三十年是个彻头彻尾的……

……别说了。别这样谴责你自己。曾在地球表面行走的人中，你不是最糟糕的。你不是魔鬼的化身。你过去和现在都是人，在试图找到回家的路时犯下一些错误。你以前是糊涂的。你会做你做过的那些事，是因为你糊涂了。你迷路了。你曾迷失，如今你被找到了。

别在自怜和自责的迷宫中再次弄丢你自己。你要召唤你自己，去最完美地实现你对你的身份曾有过的最远大期许。

是的，要说出你的故事，但别成为你的故事。你的故事就像大家的生活故事。那只是你心目中曾经的你。那不是真正的你。如果你用它来忆起你的真实身份，那么你将会明智地使用它。你将会发挥它本来应有的作用。

所以说出你的故事吧，让我们看看它还能促使你忆起什么，大家还能忆起什么。

好吧，也许我以前不算彻头彻尾的—— 算了，不说了……但我肯定非常不善于让人们找到安全感。甚至在20世纪80年代初期仍然如此，当时我以为我对个人成长有所了解，却没有应用我学到的道理。

离开泰丽·科尔—惠特克传教会之后，我又结了婚，并从圣迭戈的郊区移居华盛顿州的小城克里奇塔特。但我在那里的日子过得不是很

如意，主要是因为我是个不能提供安全感的人。我很自私，为了得到我想要的东西，我会尽可能地去摆布每个人。

后来我搬家到俄勒冈州的波特兰，希望有个新的开始，但情况也没改善。我的生活不但没有改善，而且还从复杂变得更加复杂，我和我妻子住的公寓楼突然发生大火，把我们所有的家当烧个精光。但我尚未坠入谷底。我拆散我的婚姻，建立其他几段关系，又把它们拆散。我就像落水的人，挣扎着要浮起来，却几乎将身边的每个人都拖下水。

那时我以为我已经惨得不能再惨了。但我错了。有个八十岁的老人开着一辆斯图贝克，迎头撞上我驾驶的轿车，害我脖子骨折。结果我戴了超过一年的颈圈，起初几个月，我每天都要去接受高强度的物理治疗，随后几个月是两天去一次，后来是每周去两次，最后疗程终于完了—— 但我生活中别的一切也都完了。我丧失了赚钱的能力，失去了最近的一段婚姻；有一天我走出家门，发现我的轿车被偷走了。

这就是典型的“屋漏偏遭连夜雨”，我想我余生再也忘不掉那段日子。当时我仍在为其他不如意之事气苦，徒劳地在街道上来回寻觅，希望我只是忘记把车停在什么地方了。后来我彻底放弃了，心里感到极其痛苦，扑通跪在人行道上，发出了愤怒的嚎叫。有个路过的女人吃惊地看着我，匆忙跑到街道的另一边。

几天后，我带着仅剩的一点钱，买了前往南俄勒冈的车票，我有三个孩子跟他们的母亲生活在那边。我问她能否帮帮忙，也许可以让我在她家的空房间暂住几个星期，然后我会想办法搬出去。她合情合理地拒绝了我，把我赶出门外。我跟她说我走投无路了，她说：“你可以把帐篷和野炊器具拿走。”

于是我沦落到了俄勒冈州阿什兰市郊外杰克逊温泉公园的中央大草坪，那里每周的租金是25美元，但我连这点钱都没有。我恳求宿营地的经理宽限几天，让我可以去筹措一些钱。他显得很为难。公园里寄居客已经人满为患，他不希望再有人来凑热闹，但他听了我的倾诉。他听说了祝融之灾、飞来横祸、脖子骨折、汽车失窃，以及各种

接二连三的倒霉事，我想他心软了。“好吧，”他说，“你先住几天。看看你能怎么解决。把帐篷搭在那边。”

那年我四十五岁，我觉得我的生活走到了尽头。我曾是薪俸不菲的播音员、报纸的执行主编、某个全国性连锁学校的公共关系主管、伊丽莎白·库伯勒—罗斯博士的私人助理，如今却在公园里为了五分钱收集啤酒罐和汽水瓶。（二十个啤酒罐可以换一块钱，一百个就是五块钱，五个五块钱就能让我在宿营地住一个星期。）

我在温泉公园度过了大半年，这段露宿街头的日子让我学到了不少生活知识。其实不算真的露宿街头，但也差不多了。我发现那些流落在野外、街头、桥底和公园的人有一种守则，如果这星球上其他人都遵守它，那么它能改变世界。这个守则就是：相互帮助。

如果你流落在外超过几个星期，你会认识其他无家可归的人，而他们也会认识你。要注意的是，没有人会问你怎么会沦落至此。但如果发现你有麻烦，他们不会袖手旁观，而许多有家有室的人则会。他们会停下来问：“你还好吧？”如果你需要帮忙，他们又帮得上的话，那么你会如愿的。

在街头上，曾经有人把他们最后一双干袜子送给我，有时候我捡的啤酒罐不够“份额”，别人就把他们捡到的一半分给我。如果有人赚了大钱（某个路人施舍了五块或者十块），他会买了食物，回到宿营地跟大家分享。

我记得第一天晚上搭帐篷时的情景。我到营地时已是黄昏。我知道我必须加快速度，可是又没有太多搭帐篷的经验。当时风越吹越大，似乎就要下雨。

“搭在那棵树下面，”不知道从什么地方传来一个嘶哑的声音，“然后再用绳子绑住那根电线杆。绳子上弄个显眼的标记，这样你半夜起来上厕所就不会把自己绊倒。”

天空飘起细雨。突然间，我们一起搭帐篷。这位无名的朋友并不

多嘴，他只会说诸如“这边得打一根桩”和“最好把门帘拉起来，否则你会睡在湖里”之类的话。

把帐篷搭好之后（其实大部分活是他干的），他把我的铁锤扔在地上。“应该很牢固啦，”他说着就走开了。

“喂，谢谢你，”我在他身后大声说，“你叫什么名字？”

“没关系啦，”他头也不回地说。

我再也没有看到他。

在公园里，我的生活变得非常简单。我遇到最大的难题（也是我最大的愿望）是保持温暖和干燥。我不为升职而渴望，不为“泡妞”而焦躁，不为电话账单而烦恼，也不问余生将要做什么。当时经常下雨，三月的寒风阵阵吹来，我只想要让自己保持温暖和干燥。

我有时会想如何才能摆脱这种困境，但大多数时候是在想我怎么会落得这个下场。如果你一无所有，每周要赚二十五美元是很难的。当然，我也想过要找工作。但那时我真的是朝不保夕，正处在吃了上顿没下顿的状态。我的脖子尚未完全康复，我没有车、没有钱，食物很少，也没有居所。幸运的是，那时是春天，夏天很快就来了。这是不幸中的万幸。

我每天都去翻垃圾桶，希望能够找到一份报纸，半个别人没吃完的苹果，或者小学生扔掉的包着三明治的午餐袋。报纸可以垫在帐篷下面。它有保暖作用，能防止水渗进来，也能让坑坑洼洼的地面变得更加蓬松柔软。不过更重要的是，它是招聘信息的来源。每次捡到报纸，我都要看分类广告，寻找合适的工作。由于我脖子有伤，很重的体力活我是干不了的，但男人能够立刻找到的工作又大多数是体力活。比如说日班工人，或者这个机组那个机组的帮工。但经过两个月的发掘，我挖到了矿藏。

播音员／周末兼职

必须有工作经验

请致电：××××××

我很激动。在俄勒冈州梅德福德市这样的小地方，曾经在广播电台工作过但目前失业的人能有多少呢？我跑到公用电话亭，打开那本凑巧捡到的电话黄页簿，找到广播电台那一页，把一个宝贵的二毫五分硬币投进去，拨打了那个电台的号码。我知道负责招聘的应该是节目主管，但他不在。“他能给你回电话吗？”有个女人的声音问。

“当然，”我泰然自若地说，我用极具磁性的广播员声线提道，我是想问问招聘广告的事。“下午四点前我都在。”我给了她公用电话的号码，并挂了电话。随后我在电话亭旁边的地上坐了整整三个小时，等对方回电，可是电话没有响起。

第二天早晨，我在垃圾堆里发现一本平装爱情小说，我捡起它，向电话亭走去。我准备有必要的话就在那里等上一整天。九点时，我坐下，翻开我的书。我心里想，要是中午前电话还没来，过了午餐时间我就用另外一个两毫五分硬币，再打电话过去。电话响起时是九点三十五分。

“很抱歉昨天没有给你回电，”节目主管说，“我事情太多了。听说你看到我们招聘周末播音员的广告。你有经验吗？”

我再次用上播音时的低沉声线。“嗯，我曾在几个地方的广播电台做过，”我漫不经心地说，然后补充道，“做了有二十年啦。”在跟对方交谈时，我祈祷在我站着说话时千万别有大型的房车轰鸣着开进公园。我可不想解释我的客厅里为什么会有大型的车辆。

“你何不来谈谈？”节目主管邀请我，“你有播音带吗？”

播音带是记录广播电台的音乐节目主持人在工作时的录音带，但消除了背景音乐。我肯定引起了他的兴趣。

“没有，我把所有东西都留在波特兰了，”我编造着说，“但我可

以‘直播’你给我的任何材料，我认为你会清楚我能干什么。”

“好的，”他同意了，“三点来这里。我四点就走了，所以别太晚到。”

“知道。”

踏出电话亭时，我真的腾空而起，发出了一声欢乐的叫喊。有两个家伙正好从我身边走过。“有什么好消息吗？”其中一个问。

“我找到工作啦！”我兴奋地说。

他们真心为我高兴。“做什么啊？”另外一个想知道。

“去电台做周末音乐节目主持人！我三点钟要去面试。”

“你就这样去面试？”

我还没想到我的尊容。我有几个星期没剪头发，但这也许能说得过去。美国有过半的音乐节目主持人留着马尾辫。但我必须把衣服处理一下。宿营地有洗衣房，可是我没有买肥皂、洗衣服、烘干衣服的钱，再说我还要买去梅德福德的来回车票。

这时我才想起来自己有多么穷。如果没有发生某些奇迹，我连最基本的事情，比如说到市区面试，都做不了。彼时彼地，我才体会到沦落街头的人想要重新站起来，重新过上正常的生活有多难。

那两个人盯着我看，仿佛知道我心里在想什么。

“你没有钱，对吧？”其中一个人有点藐视地问。

“有几块钱吧，”我说，这很可能是言过其实。

“好吧，跟我们走，小子。”

我跟着他们走到其他人搭起的一圈帐篷。“他有机会可以脱离这里，”他们向他们的朋友解释着，并说了几句我没听清的话。然后，

两人中年纪较大那个转向我，粗声粗气地问：“你有体面的衣服可以穿吗？”

“有的，在我的背包里，但挺脏的，不能穿。”

“去把你的衣服带过来。”

我回到那个地方，发现多了一个我在温泉公园见到过的女人。她住在公园零星几辆小型拖车中的一辆里。“亲爱的，你去把这些东西洗净烘干，然后我来替你熨好，”她大声地说。

有个男的走上前来，交给我一个棕色的小纸袋，里面有硬币叮当作响。“大家凑了这么多钱，”他解释说，“去洗你的衣服吧。”

五个小时后，我神清气爽、衣着光鲜地出现在广播电台，仿佛我刚从高档公寓里走出来。

我得到了那份工作！

“这份工作的时薪是6.25元，每周两天，每天八小时，”节目主管说，“很抱歉薪水只有这么多。你水平太高了，如果你拒绝这份工作，我会理解的。”

每周一百元！我居然每周能赚一百元。那可是每月四百元啊——这对当时的我来说绝对是一笔财富。“不，不，这正好是我现在想要的，”我随意地说，“我很喜欢当播音员，现在我不做这行了。我只是希望有办法可以继续留在这个行业里。这对我来说会很有乐趣。”

我没有说谎，因为这确实很有乐趣。绝处逢生的乐趣。我在帐篷里又住了几个月，有了足够的积蓄，于是花三百块钱给我自己买了一辆1963年的纳什漫游者。我有百万富翁的感觉。我们那个宿营地的住客只有我拥有小轿车和固定的收入，我大方地与其他人分享这两样东西，从未忘记他们对我的恩情。

由于担心天气变冷，我在11月住进公园里一座单卧室的小木屋，

每周租金七十五元。我很愧疚把我的朋友留在外面（他们付不起这么多钱），所以我会在非常寒冷或者下雨的夜晚邀请一两位来分享我的空间。我设法轮流邀请他们，这样每个人都有机会避开恶劣的天气。

就在我以为我会永远兼职下去时，我得到了惊喜的邀请：城里另外一家电台请我去主持每天下班高峰时段的节目。他们收听过我周末的节目，很喜欢我的播音—— 但梅德福德的广播市场不是很大，所以他们给我开出的起薪是每月九百元。尽管如此，我又拥有全职的工作，并且有能力离开宿营地了。我在那里生活了九个月。我永远不会忘记那段光阴。

我祝福我拖着野营装备、步履沉重地走进公园的那天，因为它根本不是我的人生的终点，而是新的起点。在公园里，我明白了什么是忠厚、诚实、真挚和信任，也明白了什么是简朴、分享和生存。我学会了在永不言败的同时，也接受此时此地的境况，并为之而感恩。

所以我不仅向电影明星和著名作家学习。我的学习对象包括那些和我成为朋友的无家可归者，我每天看到的平凡人，我这一生中邂逅的普通人。例如邮递员，杂货店收银员和干洗店的女职员。

他们都有知识可以教给你，他们都有礼物可以送给你。这里有个伟大的秘密：他们来到人世，也是为了从你手里得到礼物。

你馈赠给他们什么礼物呢？如果你认为你做过伤害他们的糊涂事，也别以为那就不是礼物。它可能是一笔很大的财富，就像你在公园里度过的那些日子。

有时候，你从最大的伤痛中学到的，比你从最大的快乐中学到的要多得多，难道你没有过这样的时候吗？那么，在你的生活中，谁是迫害者，谁又是受害者呢？

若是达到真正的大师境界，你将会在认识到某种经验的结果之前而不是之后，就能明白答案。

那段穷困潦倒的岁月让你明白，你的生活并没有结束。永远不要

认为你的人生已经完了，要永远记住，每一天、每一小时、每一分钟都是新的开始，新的机会，重新创造你自己的良机。

哪怕你在弥留之际，哪怕你即将离开人世，只要你决意改过自新，在神看来，你的整个人生就是可取的，光荣的。

你必须明白这个道理。你必须相信它。如果事实不是如此，我不会这么对你说。

# Chapter 17

这是我读过最有希望的句子。这意味着只要我们愿意，我们所有人—— 哪怕是“坏人”—— 在你心里都有个家。这又肯定意味着我们和神是朋友。

刚开始写这本书时，我说我希望能够解决两个问题：如何通过对话与神建立起一份真正的、有实际作用的友谊，如何在日常生活中借助这份友谊去应用《与神对话》的道理。

现在你明白我以前跟你说过的那句话啦—— 你们和神的关系，并不异于你们彼此之间的关系。

你们彼此的交往始于对话。如果相谈甚欢，你们就会成为朋友。如果能够做到肝胆相照，你们就会拥有和对方合一的感觉，你们和我亦是如此。而这是所有灵魂都有的渴望。你们渴望彼此合一、与我合一。

这本书的用意是让你明白，一旦进行了对话之后，如何才能建立起友谊。在此之前，你已经进行了三本书的对话，现在是时候建立起友谊啦。

然而，我很遗憾地说，许多人不愿踏出亲近我的第一步。他们很难相信我会真的与他们对话，所以他们对我的经验局限于单向的交流—— 大多数人称之为祈祷。他们向我说话，但并不与我对话。

有些人信仰非常坚定，他们说的话我能听得到。可是即便是这些人也没有想到聆听我的话。所以他们寻找各种指示。他们说：“神啊，给我指示吧。”可是当我以他们所能想象的最常见的方式—— 就用他们所说的语言—— 给他们指示，他们又否定我。我告诉你吧：你们有些人仍然会否定我。你们不仅会否定这是指示，你们还会否定你们有可能接受这样的指示。

然而我愿意告诉你：在神的世界里，一切皆有可能。我并没有停止直接和你们交谈，以后也不会这么做。

你也许不会永远听得清清楚楚，或者完整准确地解释我的话，但只要你尝试，只要你愿意进行对话，你就给了你的友谊机会。而只要你给神机会，你就永远不会孤独，永远不会独自面对任何重要问题，需要帮助时永远不会孤立无援，而且没错，你在我心里永远会有一个家。这就是与神为友的含义。

每个人都可以拥有这样的友谊吗？

是的。

无论他们是什么信仰，无论他们属于哪个宗教？

是的。

没有信仰的也可以？

是的。

任何人在任何时候都能与神为友，对吗？

你们其实都是神的朋友。有些人只是不知道。这我已经说过了。

我知道我们又在旧话重提，但我想要确定下来，我希望我的理解是正确的。你刚才说我们未必能够绝对准确地解释你说过的每句话，而我想尽可能准确地去理解。在这个问题上我不想出错。你的意思是，通往神的道路没有对错之分，是吧？

就是这个意思。正是如此。通往神的道路有千百条，每一条都能让你们抵达目的地。

看来我们终于可以不再将神拿来比较了。我们可以不再说“我们的神比较好”啦。

是的，是可以的。但你们愿意吗？这是问题所在。这需要你们放弃高低有别的等级观念，而这是人类所有观念中最具有诱惑性的。它诱惑了全人类。它让你们可以名正言顺地大肆杀害你们自己的同类，以及地球上其他有意识的生灵。

正是这种观念，这种你们深信不疑的观念，这种认为你们就是比其他人更好的观念，引起了所有的心痛，所有的苦难，所有的暴行，以及你们相互施行的野蛮行为。

你以前说过这个道理。

我将会不断地复述它，也会不断地复述我在这对话录中和你说过的其他道理。现在我要用非常浅显、清楚和具体的语言来强调这个道理，以便你永远忘不了它。因为千百年来，人类总是问我，怎样才能让世界变得更加完美？我们怎样才能和谐地共同生活？永恒的和平的秘密是什么？千百年来，我总是给你们答案。千百年来，我以千百种方式千百次地告诉你们这个道理。可是你们不肯听。

如今我反复地在这对话录中提起它，我要用非常平白的语言来讲述它，以便你们再也不会忽略它，而是会彻底地理解它，深深地吸收它，以便你们从今以后将会永远地拒绝任何以为你们的集体就是比其他集体更好的想法。

我再说一次：别再相互比较。

因为这是新的福音：没有哪个种族是至高无上的，没有哪个国家是最伟大的，没有哪种宗教是最真实的，没有哪种哲学是完美无缺的，没有哪种经济制度是最优越的，也没有哪条通往天堂的道路是唯一的。

请在你们的记忆中清除这些观念。请在你们的经验中消灭它们。请在你们的文化中抹掉它们。因为这些是提倡分裂与孤立的思想，这些思想会促使你们相互残杀。唯有我告诉过你的真相能拯救你们：我们所有人是一体。

去广为散布这道消息吧，让它漂洋过海，穿越各个大洲，让它传遍世界的每个角落。

我会的，无论我去哪里，无论我在哪里，我会大声地、清楚地把它说出来。

宣布了这道新福音之后，要永远打消影响人类行为的第二危险的观念，就是那种认为你们必须做某些事情才能生存的想法。

没有你们必须做的事情。你们的生存是有保证的。这是事实，不是希望。这是真相，不是承诺。

你们存在于过去，存在于如今，亦将永远存在于将来。

生命是永恒的，爱是不朽的，而死亡只是地平线。

我听过这句话，它出自卡丽·西蒙那首动听的歌谣。

难道我没说过我会以各种方式—— 比如说发廊里三个月前的旧杂志中的某篇文章，朋友的闲聊，或者下一首你听到的歌曲的歌词——和你们交流吗？

我正是通过这种持续的“与神对话”向你们发出永恒的消息：你们的生存是有保证的。

问题不在于你们是否能够活下去，而在于你们活着时会拥有什么经验？

如今，在你所谓的今生，你一直在回答这个问题，在你所谓的来世也是如此。你在来世的经验，无非反映了你在今生创造的经验，因为所谓今生来世，其实无非是永恒的此生，每个时刻创造着下一个时刻的此生。

所以我们创造了我们自己的天堂，和我们自己的地狱！

是的，向来如此。然而当明白生存不是问题之后，你们就可以不

再为谁更加优秀而烦恼。你们不必永远自讨苦吃地想要爬到最高处，也不必摧毁别人，以此确保自己是能够生存的适者。这样你们就终于能够“摆脱这种见鬼的局面”。真的。

来吧。现在就和我建立起深深的、持久的友谊。我已经告诉你与神为友的七大步骤。我已经和你分享神的五种心态，那将会改变你的生活。

来吧。让人间不再是“地狱”。请带来祝福和欢乐，把它变成天堂。因为这国度，这权力，这荣耀，永远都是你们的。

这是真的，否则我不会这么对你说。

我接受！我接受你的邀请，我会与神成为真正的朋友！我会按七大步骤走。我会采用五种心态。我再也不会相信你不愿跟我交谈，或者我不能直接向你说话。

很好。

既然我们是朋友，我想请你帮个忙。

说吧。凡是你要求的，必叫你得到。

你能解释如何应用《与神对话》中一些伟大的真相吗？我希望每个人都能理解如何在日常生活中运用这种智慧。

你想要讨论这种智慧的哪个部分呢？不妨先挑出某个具体的道理，我会告诉你如何在日常交往中有效地应用它。

太好啦！那我们现在就开始吧！在《与神对话》三部曲的末尾，你说那套长达八百多页的对话录可以归纳为三个要点：（1）我们所有人是一体，（2）一切皆已足够，（3）没有我们必须做的事情。刚才你谈到别再进行比较，好像又回到了第一点和第三点……

是的。

但你能说说如何在日常生活中应用这些道理吗？还有第二点。我平时怎么实践它呢？我要怎样才能运用这三个道理？

谢谢你的提问。我们现在真的开始啦。

第一道消息是很容易应用的。无非就是在生活中把每个人、每样事物当做是你的延伸。把所有其他人视为你的一部分。以同样的方式对待所有其他事物。

等等，等等。这里。就是这里。这是我想要的好例子。我如何能够在日常生活中践行这样的宣言呢？那我岂非连蚊子也不能拍死？

无所谓能或不能。无所谓该或不该。你想做什么都可以。每个决定都是对你的身份的声明。

那好，“我的身份”是一个不愿意被蚊子咬的人！

没问题。那么你尽管去做能让你经验到这种身份的事情。这很简单，你明白了吗？

但如果我和万物是一体，那么当我拍死蚊子，我不就杀害了我自己的一部分吗？

它又不会死，只是变换了形体而已。然而为了便于讨论，不妨先使用你的定义。是的，按照你的定义，当你拍死蚊子，你是杀害了你自己的一部分。你们常常做这样的事情，比如说砍伐树木，或者采摘花朵，或者把牛杀来吃了。

那我什么也不能碰！我必须让所有东西保留原样！如果白蚁正在破坏我的房子，我必须搬出去，把房子让给它们，因为我毕竟不想谋杀它们。你到底是怎么想的？

这是个好问题。你到底是怎么想的？你不杀人意味着你不杀白蚁吗？反过来说，你杀白蚁意味着杀人是可以的吗？

不，当然不可以。

那不就好了。你已经回答了你自己的问题。

是的，因为我用的价值体系跟你不同。我用的不是你推荐的价值体系。我可没有说“我们大家都是一体”。我是说人和白蚁不是一体，人和树木也不是。所以呢，做出这个区分之后，我用不同的方式对待他们！按照你的价值体系，我可不能这么做。

你当然能啊。要记住，我说的是，你们大家是一体，但我可没说你们全都是相同的。你的头发和你的心脏相同吗？

你说什么？

因为你剪掉头发，就意味着你要把心脏挖出来吗？

我明白你的意思。

是吗？真的吗？因为从许多人的表现来看，他们好像还不明白。在他们看来，好像所有人和所有事物都是相同的。他们草菅人命，仿佛它并不比蚊子或白蚁的命更有价值。如果他们认为剪掉人们头发是可以的，他们就会把人们的心脏挖出来。他们会把人们的鼻子咬下来，吐在人们的脸上。

有这种表现的人不多啦。

我告诉你吧：你们每个人都有过这种表现，以这样或那样的方式。你们每个人都曾有过不加区分的表现，把某样事物等同于其他事物，甚至把某个人等同于其他人。

你们在街道上行走，看见一个白人，你们会认为她和所有白人是相同的。你们在街道上行走，看见一个黑人，你们会认为他和所有黑人是相同的。如此一来，你们便犯下了两个错误。

你们刻板地将人归为黑人和白人、犹太人和非犹太人、男人和女人、俄国人和美国人、塞尔维亚人和阿尔巴尼亚人、老板和工人，甚至分为金发女郎和棕发女郎……你们不会停止这种刻板的划分，因为

停止这么归类，意味着你们不得不停止为你们相互对待的方式辩护。

好吧，那我们到底应该怎么做呢？我要怎样才能把所有人、所有事物当做是我自己的一部分呢？如果我认为某个人，或者某群人，是我身体的“肿瘤”，那又怎么样呢？难道我不能清除它吗？难道那不就是我们所说的种族清洗，消灭或者驱逐整个民族吗？

其实你们早就做出过这种决定。

是啊，我们曾这样对待科索沃的阿尔巴尼亚人，以及德国的犹太人。

我想到的还有美国的原住民。

哦。

你确实应该哑口无言。杀人便是杀人，不管是在奥斯维辛，还是在伤膝河。

这句话你以前说过。

我是说过。

可是如果我们所有人都是同一个身体的组成部分，然后我又认为某个人或者某样东西是“肿瘤”，那怎么办呢？我该怎么办呢？这就是我想要问的。

你也许想要治愈那癌症。

怎么治呢？

不妨用爱试试。

但某些东西和某些人对爱毫无反应。有时候治疗肿瘤意味着切掉它，让它离开身体。我们想要治疗的是身体，而不是肿瘤。

假如身体并不需要治疗呢？

什么？

你们总是为虐待别人甚至杀害别人找理由，认为只有那么做你们自己才能生存。然而这让我们回到了另外一个问题。早前我提到人类拥有的第二危险的观念。现在让我们来把这个问题讲完。如果你不摆脱你刚才说的这个肿瘤，你觉得你会怎么样呢？

我会死。

所以为了避免死，你切掉了肿瘤。这关系到生存。

正是如此。

人们杀死别人，彻底地消灭别的种族，驱逐少数民族，也是出于相同的原因。他们认为他们必须这么做，这直接关系到他们的生死存亡。

是的。

然而我要告诉你：你们不必为了生存而做任何事。你们的生存是有保证的。你们存在于过去，存在于如今，亦将永远存在于将来，你们的世界将不会有末日。

你们的生存是事实，不是希望。是真相，不是承诺。因此，你们为了“生存”而做的每件事都是多余的。一直以来，为了避开你们想象中的地狱，你们不惜创造出一个人间地狱。

你说的生存是永恒的生命，而我说的是另外一种生存：我们在此时此地的身份。假如我们喜欢我们在此时此地的身份，并不希望看到任何人或者任何事物来改变它，那又怎么样呢？

那你们就是不认识你们在此时此地的真实身份。如果认识，你们就不会做你们做的事情。你们不必那么做的。

但你没有回答我的问题。假如我们喜欢我们在此时此地的身份，并不希望看到任何人或者任何事物来改变它，那又怎么样呢？

那么你们就不是真实的你们，而是此时此地你们心目中的你们。你们想要完成的是不可能的任务，也就是让你们心目中的你们永远保持不变。这是你们无法做到的。

我听不懂。你把我弄糊涂了。

你们的身份就是生活。你们就是生活本身！而生活是什么呢？它是一个过程。而这个过程又是什么呢？它是进化……或者你所说的改变。

生活中的万事万物都是变化着的！

生活就是变化。那是生活的本质。当你们终结变化，你们就终结了生活。然而这是你们无法做到的。所以你们创造了人间地狱，企图去做某些你们做不到的事情，努力地、拼命地想要维持不变，而你们的身份却是变化本身。你们就是变化。

但有些事情会变好，有些事情会变坏！我所做的无非是别让事情变坏而已。

“好”和“坏”这种东西是不存在的。这全是你们杜撰出来的。什么是好，什么是坏，全都由你们说了算。

好吧，但如果我说以当前的肉身活着比死去好呢？我认为死是坏的改变！你想说的肯定不是，如果我身体里有肿瘤，我应该置之不理，因为生命是永恒的，如果我这个肉身的生命因为我的不作为而结束，那也没什么大不了的，对吧？你的意思肯定不是这样的，是吗？

我要说的是，所有行动都是自我定义的行动。这是你们在人世所做的事。你们定义和创造、表达和经验你们对你们的身份的想法。总而言之，你们是在进化。如何进化是你们的选择。但进化本身你们没得选。

如果你是个为了保住大部分肉身的生命而选择切除肿瘤的人，那么你将会展现这种身份。

如果你是个由于同类有异于你或者反对你的观点而视他们为肿瘤的人，那么你将会展现这种身份。实际上，你们有许多人已经展现了这种身份。

现在我准备请你以全新的方式来看待生活。我准备请你把生活视为一个持续不断的变化过程。

你要这么想：所有事物时时刻刻都在变化着。这也包括你。你既是改变者，也是被变者。这是因为，当你发生变化时，你同时引起了你的自我和你周围世界的改变。

我请你每天早晨起来要想一件事。今天要改变什么呢？千万别想着今天会有什么改变吗？改变肯定是有的！但改变什么呢？你会在创造变化的过程中扮演什么角色呢？你会成为促使变化发生的起因吗？

你每一天、每小时、每一分、每一秒都在做出决定。这些决定无非是有关改变什么、如何改变的选择。它们不是别的。

哪怕是梳头这么简单的选择也是如此。我们不妨以此为例，因为这较为易懂。你以为你每天梳头的方式是相同的，所以根本没有改变什么。可是梳头这个动作就是一个改变的动作。你刚起床，走到镜前，望着你的头发，然后说："哎呀。"头发很乱。你不能这样就出门。你得改变它。你得改变你的外表。于是你洗脸，梳头，为一天做好准备。

你无时无刻不在做决定，而有些决定是让事情恢复原状，变成原来的样子。所以你产生了要让事情保持现状的幻觉。可是你所做的，无非是依照你对你的身份曾有过的最远大期许，去重新创造你自己！

生活是一个重新创造的过程！这是神最大的欢乐。这是神的消遣！

这个道理能够对你的生活产生巨大的影响。你仔细想想看，它能给你非凡的启发。你所做的无非是改变。你所做的无非是进化。用什么方式改变由你说了算。改变什么也由你说了算。然而你的本质却是

不容你置疑的。改变是注定的。它正在发生。它是生活的本质。它是神的本质。它是你的本质。

生活、神和你的本质都是改变。

但你还没解决那个难题。如果我和万物是一体，我到底能不能拍死蚊子？

你所谓的蚊子，其实是你的自我的一部分，你选择让这个部分发生什么样的变化呢？这是你刚刚提出的问题，也是我们所有人是一体这个道理的含义。

你是在“改变”太极那被你称为蚊子的组成部分。你无法“杀死”蚊子，你明白吗？生命是永恒的，你无法结束它。你确实有能力改变你的形状。就像那些流行的科幻小说或电影提到的，你可以自称为变形人。然而你要明白的是：所有的意识都协同行动。归根到底，没有人能够指使或者控制别人。神的每个分身对其命运都有着共同创造性的控制。因此，如果蚊子不愿意，你无法杀死它。从某种层面上而言，蚊子选择了被你拍死。宇宙里发生的一切变化都得到了宇宙的同意。宇宙无法反对其自身。那是不可能的。

你说的这些话很危险。你的教导很危险。人们可以援引你的话说：“好啊，既然别人都同意，那我就可以对别人为所欲为啦！毕竟，这是他们和我‘共同创造’的！”这会让人们变得无法无天。

你们已经无法无天了啊。生活就是你所谓的“无法无天”，难道你还不明白吗？你们一直在你们想要的时间，以你们想要的方式，做着你们想要的事，而我并没有阻止你们。难道你没看出来吗？人类做过许多你们称为邪恶的事，而且反反复复地做这些事，神并没有阻止你们这么做。难道你不曾觉得奇怪吗？

我当然觉得啊。我们都觉得奇怪。我们从心里呼喊：“神啊，你怎么会容许这样的事情？”我们当然都问过。

嗯，那你想知道答案吗？

我当然想啊。

很好，因为我已经把答案给你了。

如果真的是这样，那我得好好想一想。如果真的是这样，那我觉得现在没有什么能阻止我们打着信仰的幌子，说宇宙里的一切无不同意我们的所作所为，但却干着彼此伤害的勾当。我只是深受这个问题困扰。我不知道怎么对付它。各种有关对与错、罪与罚、善与恶、永恒之回报和永恒之诅咒的教义，所有这些控制我们的东西，所有这些给受压迫者希望的东西，全都被这道消息摧毁了。如果我们没有新的消息来取代旧的教义，我为人类感到担心，我害怕它会坠进万劫不复的深渊。

但你其实已经有了新的消息。你终于得到了真相。而这是唯一能够拯救世界的消息。旧的消息并没有拯救这个世界。难道你没看出来吗？难道你还不明白吗？你说旧的消息给了人类希望，但它没有带来任何你们希望的结果。

那道关于对与错、罪与罚、善与恶、永恒之回报和永恒之诅咒的消息，根本没有终结你们星球上的苦难，没有终结你们星球上的杀戮，没有终结你们之间的相互折磨。这是因为它是一道倡导分离的消息。

唯有一道消息能够永远改变人类历史的进程，终结苦楚，并让你们回到神的身边。这道消息就是新福音：我们所有人是一体。

这新福音带来了一道完全负责的新消息，它说你们要为你们的选择负起完全的责任，所有的选择都是你们共同做出的，而改变你们各种选择的唯一方法是共同去改变它们。

只要你们依然认为你们正在折磨的只是别人，你们就无法终结自我折磨。唯有明白你们正在折磨的其实是你们自己，你们才会终结这种折磨。

唯有彻底明白你们不可能做出任何违背别人意愿的事，你们才能

领悟这个道理。唯有领悟了这个道理，你们才能看到你们向来以为不可能的真相：你们所做的一切，都是对你们自己做的。

你们无法看到这个真相，除非你们理解、拥抱和实践新的福音：

我们所有人是一体。

因此，如果别人没有在某种程度上配合你们，你们根本无法对别人做出任何事情。那只在我们所有人都不是一体的情况下才有可能。可是我们所有人是一体。宇宙间唯有一个我们。我们共同创造了这种实在。

你能理解这个道理的含义吗？你能明白它那可敬可畏的冲击力吗？

所以，你去吧，去教导所有的国家。去传授这个道理：你为别人而做的，便是为你的自我而做的；你无法为别人做到的，也无法为你的自我做到。你愿意别人怎样对待自己，就怎么对待别人，因为那就是在对待你自己。

这就是黄金法则。现在你彻底地理解它了。

# Chapter 18

为什么从小没人教我们这些美好的真相呢？就像黄金法则，以前我虽然觉得它说得很好，但现在才有了更深入的理解。它是极其对称的。整个论证完全符合逻辑。现在我们明白它的理由了。我们明白了为什么应用这个道理会符合我们自己的最佳利益。那不再是利他主义的行动，而是讲求实用的行动。那么做是对我们有益的。人们为什么不把黄金法则教给小孩子呢？

问题不在于，为什么以前没人传授这个道理？问题在于，你打算将来怎么做？所以，你去吧，去教导所有的国家，广泛地散布这道新的福音：

我们所有人是一体。

我们的方式并不更好，它只是另一种方式而已。

去传授它吧，既在你们的讲台，也在政府的大楼；既在你们的教堂，也在你们的学校，既通过你们的集体良知，也通过你们的集体经济。

请在此时此地将你们的灵性落到实处。

听起来你好像希望我们把灵性政治化啊。可是有些人会说灵性和政治不该混合。

你们无法避免将灵性政治化。你们的政治观点就是你们的灵性，被展现出来的灵性。

然而这也许不是将你们的灵性政治化，而是将你们的政治灵性化。

但我认为教会和政府应该是分离的。当我们试图将宗教和政治结

合，难道不会造成麻烦吗？

会的，确实会，我可没有说不会。

你们或许会认为教会和政府最好是分开的。根据你们的经验，你们也许会觉得宗教和政治不应相混。可是灵性又是另外一回事。

你们决定教会和国家应当分立的原因在于，教会意味着具体的观点，具体的宗教信仰。你们或许已经发现，当你们让这些信仰融进政治，就会引起极大的争议和政治纠纷。这是因为，并不是所有人的宗教信仰都是相同的。实际上，有些人甚至不信教，根本没想到有教会这种东西。

而灵性则是普遍的。所有的人都有灵性。所有的人都认可它。

真的吗？你没有骗我吧？

真的，哪怕有些人并不认识灵性，哪怕有些人并不称其为灵性。这是因为，“灵性”无非就是生活本身。

灵性说，万物皆是生活的组成部分，而这句话是谁也无法否认的。你们可以随意争论神是否存在，万物是否皆为神的组成部分；但你们无法争论生活是否存在，万物是否皆为生活的组成部分。

那么唯一悬而未决的问题是，生活和神是否是相同的东西。我告诉你们吧，它们是相同的东西。

哪怕是不可知论者，哪怕是无神论者，也会认为宇宙里有某种力量维系着万物，并且有某种促使宇宙诞生的因素。而如果宇宙是某种因素催生的，那么在你们如今认识的这个宇宙出现之前，必定有某些东西是存在的。

宇宙不是凭空而生的。就算它是，那么“空”也是某种东西。哪怕你说宇宙是从虚无中出现的，你也必须面对第一动因的问题。是什么促使某样东西从虚无中出现呢？

第一动因就是生活本身，就是表现为物质形式的生活。它是形成中的生活。没人能反对这一点，因为它显然是“事实”。然而，你们永远可以（也确实）争论如何描述这个过程，给它取什么名字，能从中得到什么启发，得出什么结论。

可是我要告诉你：这就是神。无论是以前还是如今，你们所说的神就是这个意思。神是第一动因，是不动的动者。神是这个宇宙诞生之前的东西。神就是这个宇宙。神是这个宇宙消失之后的东西。神是开始与结束，是起点与终点。

我要再次告诉你：生活和神这两个词是可以互换的。如果你正在观察的过程是生活正在形成的过程，那么就像我以前说过的：你们都是形成中的神。也就是说，你们是神的分身。

好吧，姑且相信你……但这跟政治有什么关系呢？

假如灵性确实是生活的同义词，那么凡是灵性的，就是有利于生活的。因此，将灵性注入你们的政治，会让所有的政治活动和政治决策都有利于生活。

其实这也是你们试图让你们的政治做到的。所以我早前才会说，你们的政治观点就是你们的灵性，被展现出来的灵性。你们创造政治的唯一原因是，构建一个让人们能够和谐地、快乐地、平安地生活的系统。也就是说，一个有利于生活本身的系统。

我倒是没这么想过。

美国的开国元勋是这么想的。美国的《独立宣言》说，所有人生而平等，有着不可剥夺的权利，其中包括生存、自由和追求幸福的权利。美国政府的基础是这个理念：人类能够创立一个保障这些权利的自我统治系统。世界各国基本上都是基于相同的理念被创造出来的。这些政府在形式上也许有所不同，但在目标上是相同的。不同的文化和社会或许会形成不同的政府观念，采取不同的统治方式，但它们的愿望基本上是相同的。

所以你能明白，人们创造出政府和政治，是为了保障他们对灵性—— 也就是生活本身—— 的经验。

尽管如此，大多数人依然不希望听到神谈论政治，或者政治议题。由于受《与神对话》中的消息影响，我有时会在我们基金会的通讯撰写有关政治议题的文章，每当这种时候，我会收到抗议信。“我要取消订阅！”他们说，“这不是神的职责！这是政治观点，我订阅这份通讯，可不是为了听政治观点！”

几年前，玛丽安妮·威廉姆森、詹姆斯·雷德菲尔德和我在华盛顿特区发起一个祈祷和平的守夜活动，我们都认为这个活动很棒。我们号召各地的人们用祈祷的力量把和平带给世界，并得到了广泛的支持。可是后来我们有人谈起如何产生和平，谈起背后的灵性原理，立刻有大量的信件汹涌而来。人们显得气急败坏。

是的。人们希望你为和平祈祷，但别为它做任何事。他们希望神找到对策—— 但他们又拒绝相信神的对策很可能就是让你们自己去为它做某些事。

实际上，这是仅有的对策，因为神在人世的工作，都是通过人来完成的。

哦，我想人们并不介意别人为和平做事。他们介意的是，神竟然告诉他们必须去做什么。

然而我从不曾告诉你们必须为了和平去做什么，以后也不会这么说。我从不曾发号施令。我只是听你们说你们想去哪里，然后建议你们该怎么走。

你们说，你们想要一个可以平安地、和谐地、欢乐地生活的世界，而我告诉你们：欢乐就是自由。这两个词汇也是可以互换的。阻碍自由即是阻碍欢乐。阻碍欢乐即是阻碍和谐。而阻碍和谐即是阻碍平安。

你们告诉我，你们想要生活在一个没有冲突、没有暴力、没有血

腥、没有憎恨的世界。而我告诉你们：你们一夜之间就能拥有这样的世界，就能创造出这样的世界，只要你们去宣讲和实践这道新福音：

我们所有人是一体。

我们的方式并不更好，它只是另一种方式而已。

去传授它吧，既在你们的讲台，也在政府的大楼；既在你们的教堂，也在你们的学校，既通过你们的集体良知，也通过你们的集体经济。

你总是在重复以前说过的话。

那是因为你们总是在自我重复。你们的整部历史就是不断地重蹈覆辙—— 你们个人的生活如此，你们星球上的集体经验也是如此。疯狂的定义是，不断地重复相同的行为，却又期待不同的结果。

那些试图让灵性和政治相融的人所做的无非就是说："这是另一种方式。"

这些努力应该受到祝福，而不是指责。

嗯，可惜事实并非如此。你在《与神对话·第二卷》中谈到不少社会问题，很多人抱怨它太过政治了。玛丽安妮·威廉姆森有本绝对杰出的著作，叫做《挽救美国的灵魂》，她也在底特律附近创办了今日教堂，宣讲"社会灵性学"。有些追随她的教众指责她太过政治。

他们对耶稣也说同样的话。

"太政治了，"他们说。

"如果只传授灵性，那么他是无害的。但现在他竟然建议人们将学到的灵性真相付诸实践。现在他变得危险了。我们必须阻止他。"

可是如果没有"更好的方式"，灵性的参与有什么意义呢？政治有什么意义呢？或者说一切的意义何在呢？如果那无非是两可之事，我

为什么要参与呢？如果这种方式那种方式没有区别，我怎能有激情去投身其中呢？

因为你想要声明你的身份。以这种方式或那种方式梳头或许是“两可之事”，可是你要注意，你已经用相同的方式梳了很多年的头。你为什么不用别的方式梳头呢？是不是因为那和你的身份不符？你为什么要买你买的车、要穿你穿的衣服呢？

你做的每件事都声明并表达了你的身份。每个行动都是自我定义的行动。

这重要吗？你觉得定义自我的事情重要吗？当然重要。这正是你来到人世的理由！

你的身份并非“两可之事”。你的身份是你将会做出的最重要决定。

新福音的意义并不在于你们的身份毫不重要，而是恰恰相反。你们的身份极其重要，所以你们每个人都是绝对华美的。新的教诲是，你们每个人都是极其华美，没有人比其他人更华美—— 在神眼里没有，在你们眼里也没有，如果你们通过神的眼睛看的话。

因为不可能比别人“更好”，你们就会觉得活着没有意义吗？

因为不能拥有“更好”的宗教，“更好”的政党，或者“更好”的经济体系，你们就宁可什么都不想要吗？

提笔作画之前，你必须知道你的画会“更好”吗？它不可以仅仅是另外一幅画吗？不可以是对美的另一种表达吗？

玫瑰花必须比鸢尾花“更好”，才能证明它的存在是合理的吗？

我告诉你吧：所有人都是神的花园中的花朵。难道因为这花不比那花更美丽，我们就得把花园耙掉？你们正是这么做的。然后你们悲伤地说：“所有的花儿都哪里去了？”

所有人都是天堂交响曲的音符。难道因为这个音符不比那个音符更关键，我们就得停止演奏乐曲？

但如果有的音符是糟糕的音符呢？这糟糕的音符不就败坏整首交响曲了吗？

那要看是谁在听。

我不懂。

你听过孩子唱歌，并觉得那首歌很动听，尽管跑调跑得很厉害吗？

听过啊。我确实有过这样的经验。

你认为你能经验到的，我反而无法经验到吗？

我可没这么想过。

那么请你告诉我：如果有个孩子唱歌跑调，你会叫她闭嘴吗？你认为这样能够鼓励她去热爱音乐或者去热爱她自己吗？或者你会鼓励她继续唱下去，以便达到更高的境界？

当然会啦。

千百年来，我一直在听你们的歌。你们的歌声在我听来就是音乐。可是你认为从来没有人唱歌跑调吗？

多少肯定会有的。

那么这就是你的答案。

你们是我的孩子。我听你们歌唱，我说那很动听。

当你们歌唱时，我听不见“糟糕的音符”。我只听见你们，我的孩子，在发自内心地放歌。

你们是神的交响乐团。正是通过你们，神奏响生活本身这首乐曲。当你们演奏时，我听不见“糟糕的音符”。我只听见你们，我的孩子，在发自内心地演奏着，努力地想要演奏得正确。

如果我看不到这里面的美妙之处，那么我根本就没有灵魂。

要永远记住这句话：

灵魂永远看得见美丽，哪怕精神否定它。

哇，这真是非凡的教诲。天哪，这是多么美妙的创见啊。

因此，在生活中，要永远用你的灵魂去看。用你的灵魂去听。甚至于如今，面对着纸张上的这些字，你要用你的灵魂去看它们，用你的灵魂去听它们。唯有这样，你才能开始理解它们。

只有你的灵魂看得见我的言语之美丽，之神奇，之真实。你的精神将会否定它。就像我以前跟你说过的：要理解神，你必须离开你的精神。

别因为你们觉得你们听到“糟糕的音符”而停下这首你们正在演奏的交响曲，只要改变你们的曲调就好。

有效的政治行动并不源自愤怒或憎恨，而是源自爱，灵性的行动也是如此。这不是要你们去指责某些人或者某些事是错误的；这只是要你们依照你们对你们的身份和你们的理想身份的新认识，用新的实在取代当前的实在。

是的，这就是我所说的新思维运动。可是有个问题我还是必须问，它总是在我脑海里盘桓不去。这道“我们所有人是一体”的新福音意味着我们不能伤害任何东西吗？不能拍死蚊子、毒死老鼠或者摘除杂草（花朵就更不用说啦）？这意味着我们不能把羔羊送到屠宰店，以便得到那些美味鲜嫩的羊排？

剪掉你们的头发是可以的吗？

挖掉你们的心脏是可以的吗？

这两者有什么区别吗？

你又没有回答我的问题。你为什么不让我知道你的意愿呢？请把你的意愿告诉我，那我就会非常轻松啦。

无论是就这个还是其他问题而言，你自己的意愿就是我的意愿。你自己的好恶就是我的好恶。

这是你们许多人无法理解的。这是你们许多人无法容忍的。因为如果我没有独立的意愿或好恶，你们该怎么办呢？无论是就这个还是其他问题而言，你们如何能够知道什么是对，什么是错呢？

现在我甚至还要更进一步。现在我甚至要剥夺你们的比较观念。那么你们应该怎么办？现在你们要根据什么来做出选择和决定？

我告诉你吧，生活的目标就是让你们去决定和宣布、表达和实现你们的真实身份。它不是要我来告诉你们什么是对和错，什么是好和坏，该做什么不该做什么，然而你们只要决定是否听命于我—— 而我则决定施加奖赏或惩罚。

你们曾尝试过这个系统，而它是行不通的。你们曾反反复复地宣布你们心目中的我的意愿，但这对你们毫无帮助。你们并没有遵从它。

看啊，你们曾宣布我反对杀戮，然而你们继续大开杀戒—— 有些人甚至还打着我的旗号！

你们曾说我反对虐待和压迫任何阶级、种族或性别的人，然而你们继续放任这种现象存在。

你们曾说过我反对羞辱你们的父母，虐待你们的子女，苛刻地对待你们的自我，然而你们继续这么做。

你们曾说过我反对各种事情，而你们依然故我。无论你们宣称我

有什么好恶，发布过什么命令，都无法改变你们的行为。

你们曾说我反对说谎，然而你们一直在说谎。你们曾说我反对盗窃，然而你们这也偷，那也盗。你们曾说我反对通奸，然而你们每日每夜都占有别人的丈夫和妻子。

你们管这些谎言叫“秘密”，可是它们仍然是谎言，因为隐瞒就是彻头彻尾的说谎。撒谎就是不去披露全部的真相，不让别人彻底地了解他们应该了解的事情，以便每个人都能根据全部资料做出决定。

你们曾说我反对背弃诺言和盟约，然而你们一直在背弃诺言和盟约，而且你们还为这么做寻找借口，不惜费尽心机来让自己的行为显得合情合理。

不，人类已经非常清楚地证明，我的意愿，你们所理解并抛弃的我的意愿，根本什么也不是。

有意思的是，事到头来，这居然是完美的。因为关于我的意愿是什么有着太多的争议，当你们的信仰突然变得狂热时，你们甚至不惜打着我的旗号去杀更多的人。

我想起了那句贴在汽车保险杠上的话：神啊，让我免遭你的信徒之害吧！

是的，这句话颇有讽刺意味。

现在来看你的问题。拍死蚊子是可以的吗？毒死老鼠呢？拔掉杂草呢？把羔羊杀来吃了呢？这由你们说了算。全都由你们说了算。当然，还有些更大的问题。

把死刑作为杀人的惩罚是可以的吗？堕胎呢？殴打同性恋呢？成为同性恋呢？婚前性交呢？如果想达到“光明境界”的话，做爱是可以的吗？诸如此类……

你们每天都必须做出决定。只是要认识到，做决定的时候，你们

是在宣布和展示你们的身份。

每个行动都是自我定义的行动。

你开始懂了。你能理解了。

因为你重复了很多次啊。

重复是好的。它有助于彻底理解。所以接下来我要重复我以前说过的话。在日常的行动和选择中，你们不仅宣布了你们的身份，还决定了我的身份，因为你们和我是一体的。

因而，归根到底，在回答问题的是我。我通过你们这么做。这是问题唯一能够得到解答的方式。

你们的真相将会出自你们的答案。这是你们的存在的真相。这是你们真正的存在。

要记住，你们是存在着的人类。你们处于什么存在状态，全都由你们说了算。虽然这话我已经跟你说过很多次，但你以前可能没有认真地考虑过。

好吧，好吧，但“一体”并不等于“相同”，对吧？至少你可以讲解一下吧？

一体并不等于相同，这是正确的。

那一体到底意味着什么？

问题不在于，一体意味着什么？问题在于，一体对你们来说意味着什么？

这是每颗心都必须做出的决定。做出决定之后，你们将会创造你们的未来—— 或者终结它。

然而当你要做决定的时候，别忘了我以前曾给过你的指示、创见

和智慧—— 不要去做对的事，因为“对”是个相对名词，而要去往你说你想去的地方，去做你说你想做的事。

正如我以前指出的，作为人类，作为一个物种，你们说你们想要平安和谐地共同生活；你们想要为你们的子孙后代创造更美好的生活；你们想要快乐。虽然你们在别的方面争执不休，在这些问题上意见倒都是一致的。

所以，这就是我已经给过你们的指示，它可分为三大要点。这些要点是：（1）我们所有人是一体，（2）一切皆已足够，（3）没有我们必须做的事情。

第一点我们已经在这里详细地讨论过了，等到理解了第二点和第三点，也许你们就能够更轻松自如地应用这个指示。

我想要明白这种智慧的功用，以及如何在日常生活中将其付诸实践，所以让我们来谈谈其他两点吧。

# Chapter 19

在《与神对话》三部曲的结尾，你也提到这三点。

是的，如果你明白第二点，一切皆已足够，那么你只要选择，就会懂得如何应用第一点，我们所有人是一体。

一切皆已足够是什么意思呢？

就是它字面的意思。一切皆已足够。你们认为你们必须拥有才能快乐的一切东西都已足够。你们有足够的时间，足够的金钱，足够的食物，足够的爱……你们只需要去分享即可。我给了你们很多。足够你们所有人使用。

当你们实践这个真相，当你们让它在你们的实在中发挥实际作用，那么将没有你们不愿分享的东西，没有你们试图囤积的东西——你们当然不会想要积聚爱、食物，或者金钱。

这意味着我们不应该积聚财富吗？

选择拥有某样东西和选择囤积它是不同的。实际上，唯有明白“一切皆已足够”的真相，你们才能轻松地在生活中拥有你们自己选择的各种好东西。

那倒是！唯有终于明白有足够的东西可以分给所有人，我才能相信有足够的东西可以分给我。尽管如此，我还是将信将疑，因为看起来地球上没有足够的东西分给每个人啊。

别根据表象来判断。地球上似乎没有足够的资源供每个人分享，原因在于，许多拥有远远不止足够的东西的人，只拿出极少他们拥有的东西，来跟那些不够的人分享。

在你们的世界，极少数的人占有了极大部分的财富，并使用极大

部分的资源。贫富不均的现象是很严重的—— 而且毫无减轻的迹象，而是每天变得更加严重。

“是啊，是啊，是啊，”我能听到有些人不耐烦地说，“这你以前早就说过了。”

他们当然是对的，因为这部对话录和前面几部相同，也是在绕圈子，不断地重复其自身。但如果他们不够耐心，也许是因为这里反反复复提及的话，是他们不想听到的。这里观察到的某些现象，是他们不想看见的。

我们又来到了你所谓的“社会灵性学”的领域，许多人不想进入这里。它会迫使他们直视他们不想面对的东西。

可是你刚才正好提到更重要的一点。唯有你们才能决定如何应用一体的真相。世界上有再多的布道、再多的教导都将于事无补。唯有人心发生了变化，这世道才会改变。

什么能引起这种变化呢？

问题不在于“什么”，问题在于“谁”。而答案是“你”。你能。现在就能。

我啊？现在？

如果不是你，那是谁呢？如果不是现在，那是何时呢？

这是犹太智慧书中的古老疑问。

是的，我很早之前就提出这个问题了。你的答案是什么呢？

好吧，我的答案是：我，现在。

这可是你说的，我听到了。

我的孩子，你别忘了，与神为友的七大步骤中有个步骤是帮助

神。你刚刚决定要帮助神。这很好。这会让你得到好处的。

你若是同意去传播能够改变人心的道理和消息，就能够在改变世道上发挥重要的作用。

所以灵性和政治终究是相关的。

可是—— 我能和你小小地争论一下吗？—— 我记得你说过“没有我们必须做的事”。

是的，我说过，确实没有。

那我们在这里谈论什么呢？难道“传播消息”不是我要做的事吗？

不是。消息不是你要“做”的事。你无法去做消息，你只能成为消息，因为做事不是人的本质，存在才是。

你是让自己成为消息，而非带着消息。你就是消息！这是你那行动起来的灵性。难道你还不明白吗？

你的消息就是你的生活。你散布的道理是你的本质。

《圣经》上不是写着“道变成了肉身”吗？

是的，但这句话是这个意思吗？

是的。

我怎么知道？我怎能确定？

你要相信我。你的内心有我的道。其实你就是神的道，化为肉身的道。只要说出这道，你的灵魂将会被治愈。说出这道，实践这道，成为这道。

换言之，就是要成为神。

原来我是神的道啊。

是的。正是如此。

这有什么深意呢？我应该成为你吗？

不是“应该成为”我，你本来就是我。我并不是在要求你做任何事，我是在向你说出你的真实身份。

你已经处于你追求的存在状态。没有你必须做的事。这是三大神圣原理的第三条。

但如果我走出去，装出神的样子，人们会认为我是个疯子。

他们会因为你处于完全的欢乐、完全的爱、完全的接受、完全的祝福和完全的感恩而认为你是个疯子？

不是啦，我是说，如果我走出，并装出神的样子的话。

但这就是神的样子啊！其实你想说的是，如果你走出去，装出你心目中神的样子，人们就会觉得你是个疯子。具体来说，在你心目中，神是强大的、专横的、独断的、记仇的和滥用刑罚的。

但你说过申冤在你，你必报应。

不，这是你们说的。我可没说过。

如果有人通过采用神的五种心态来“装出神的样子”，那么他模仿的就是真正的神，而非我们在噩梦中想象的神，对吧？

是的。要记住，这些心态不是需要你们去完成的事，而是有待你们去进入的存在状态。它们是存在状态。当你有意识地而非无意识地去做出这些存在状态的宣言时，你就开始清醒地生活。别忘了，我曾建议你清醒地、和谐地、有益地过着你的生活，我也向你解释过这么做意味着什么。你需要我举更多的例子吗？

不用啦，前面我们探讨它的时候我就明白了。

很好。但现在我想告诉你一个秘密。只要做到第三点，你就能自动做到前面两点。

只要决定有益地过着你的生活—— 决定让你的生活和工作有益于别人—— 你就会发现你自己过着清醒而和谐的生活。这是因为，有益地生活将会促使你清醒地生活，做事情的时候你将会是清醒的、有意识的，而非无意识的，而这将会让你的生活变得很和谐，因为凡是有益于别人的，不可能会与别人不和谐。

现在我要给你三种工具，你可以借助它们过上有益的生活。它们是整体主义生活方式的核心概念：

觉悟

诚实

责任

你在这里给了我很多东西，很多道理。这种教育会持续多久呢？

终你一生，我的朋友。终你一生。

它永远不会结束，对吧？看来我永远不能够说“我懂啦”，我不用再接受教育啦。

有朝一日，你非常有可能会说“我懂啦”。但到时你将会发现，还有更多的道理等着你去“懂”。这是因为，你懂得越多，你会发现你不懂的也越多。

你懂吗？

所以你永远不会停止成长和领悟的过程。你无法成长得太大，你无法成长得太快，你无法成长得太多。那是不可能的。你无法停止成长。你能够变得多大是没有限制的。

你也不用担心道理领悟得太多反而不好，因为领悟总是好的。你

通过这些教诲领悟到的生活道理对你来说是好的。

可是你说过我没有什么要学习的。

真正的教育不是一个让你学习的过程，而是一个促使你忆起的过程。

这里提及的道理对你来说都不是新的。你的灵魂丝毫没有感到意外。真正的教育不是一个灌输知识的过程，而是一个激发智慧的过程。真正的大师知道，他的知识并不比学生多，他只是忆起了更多。

你说你在我们的对话中发现许多有价值的道理，你想知道如何在真实的世界里、在日常生活中应用它们。于是我提出几种让你可以做到这一点的办法。我是在帮你得到你想要的东西。这就是与神为友的意义。

谢谢你。那么请你跟我谈谈那三个核心概念。

觉悟是一种存在状态，你可能会选择生活在其中。它意味着时时刻刻保持清醒。它意味着你要仔细地观察现实，以及现实何以如此的原因；正在发生的事情，以及事情何以发生的原因；阻止事情发生的因素，以及它何以能阻止事情发生的原因。它意味着你要仔细地观察每个选择或行动可能造成的所有后果，最可能出现的后果，以及导致这些后果出现的因素。

在觉悟中生活就是别装作你并不知道。

别忘了，我前面告诉过你，有些人看似知道，但假装他们不知道。觉悟就是觉醒，就是清醒地认识到你已经觉醒。它是清醒地认识到你清醒地认识到你已经觉醒，是清醒地认识到你清醒地认识到你清醒地认识到你已经觉醒。

觉悟有许多层次。

觉悟是清醒地认识到你的觉悟层次，它是清醒地认识到，没有你

达不到的觉悟层次，只要你对那个层次已经有了觉悟。

当你过着觉悟的生活，你再也不会无意识地做事。你做不到，因为你会觉悟到你是在无意识地做事，而这当然意味着你是有意识地在做它。

过着觉悟的生活并不困难，只要你觉悟到它并不困难。觉悟会自我滋养。

如果你没有觉悟到觉悟，那么你就不知道觉悟是什么样。你甚至不知道你不知道。你已经遗忘。你其实是知道的，但你忘记你知道，所以这等于是完全不知道。这就是忆起如此重要的原因。

这是我来这里要做到的事。我来这里就是为了帮助你忆起。这是朋友应该做的事。

这也是你要在别人的生活中做到的事。你要在所有别人的生活中做这件事。你来这里是为了帮助别人忆起。这件事你可能已经忘记。

等到忆起之后，你会重返觉悟的状态。重返觉悟的状态之后，你会觉悟到你的觉悟，清醒地认识到你已经觉悟。

觉悟是关注当下。它意味着你要停下来，完整地去观看、聆听、感受和经验正在发生的事情。它是入定。觉悟会把一切变成入定。洗碗。做爱。剪草。大声地对别人说话。一切都变成入定。

我在做什么？我怎么做这件事？我为什么要做这件事？做这件事时，我的存在状态是什么？做这件事时，我为什么会有这样的存在状态？

我此刻经验到什么？我是如何经验它的？我为什么会以这种方式经验它？经验它时，我的存在状态是什么？经验它时，我为什么会有这样的存在状态？这和我正在经验的东西有什么关系？这和其他正在经验我的人有什么关系？

觉悟是进入不被观察的观察者的境界。你观察到自己。然后你观察到自己在观察自己。然后你观察到自己在观察自己在观察自己。最后终于没有人观察到你在观察自己。于是你变成了不被观察到的观察者。

这就是彻底的觉悟。

这很简单，不像听起来那么困难或复杂。它只要求你停下来，去观看，去聆听，去感受。它意味着你要知道，并且要知道你知道。它意味着你要停止假装。

现在你会真心地处理各种事务。你会真心地对待你自己。以前你做事情的时候并没有真心在做。这就是假装。

你说得太好啦。我从来没听说过这样的道理。

你听说过的。这是佛陀的教诲。这是奎师那的指示。这是古往今来每位大师的训诫。这里提及的道理都不是新的。你的灵魂丝毫没有感到意外。

停止假装之后，你会变得完全诚实。诚实是第二种工具。诚实是先后如实地向你自己和别人说出你觉悟到的东西。

《与神对话·第二卷》列举了说出真相的五个层次，并解释了这五个层次何以能够让你们的生活变得完全坦诚，或者说完全透明。这两个词汇其实也是互通的。完全的坦诚意味着绝对的透明。也就是说，人们能够看穿你。大家没有不可告人的动机。你越是坦诚，就越是透明。

要持续地使用诚实这种工具，并观察你的生活变化。要在人际关系中应用它。要在商业交易中应用它。要在你们的政治领域应用它。要在学校应用它。要一直在所有地方应用它。

要觉悟你做过的事，然后诚实地对待它。诚实地对待各种后果—— 你非常清楚它们都是你造成的。然后选择为它们负起责任。这是

第三种工具。这是极其成熟、极大的灵性成长的标志。

然而，只要你们的社会把负责等同于惩罚，你将永远不想这么做。在从前，负担责任往往意味着接受处分。但责任并不意味着罪过，而是意味着你愿意竭尽所能去保证你造成的后果都是最好的，如果有人选择了将这些后果经验为伤害，你愿意不惜一切去采取补救措施。

有些人选择了走上一条路，并说："每个人都要为他自己的结果负责，因为我们的实在都是我们自己创造的，所以我不会为你的事负责，哪怕这件事可能是我引起的。"这条路就是我所说的新时代邪道。它试图扭曲宣称每个人都是创造者的新时代运动的逻辑。

可是我要告诉你：你们每个人都要彼此负责。四海之内真的皆兄弟。当你们明白这个道理，人类经验中的所有惨剧、所有悲伤、所有痛楚都将会消失。

到时你们将会创造出新社会，新福音—— 我们所有人是一体——将会是这个社会的基础，而三大核心概念—— 觉悟、诚实、责任——将会是这个社会的支柱。

到时将不会有别的法律、规则或政令。到时将不会有立法机构，也不需要立法机构。因为你们终将明白，你们无法将道德变成法律。

你们的学校将会传授这些核心概念。整个课程安排都会围绕它们展开。诸如阅读、写作、数学之类的课程都将和它们紧密结合。

世界的经济体系将会反映这些核心概念。整个基础结构都将围绕它们建立。诸如购买、交易、销售之类的活动都以它们为指导方针。

你们的自治机构将会支持这些核心概念。整个科层组织都将围绕它们建立。诸如公共服务部、司法部、资源管理与分配部之类的政府部门都将根据它们得到管理。

你们的宗教将会支持这些核心概念。整个灵性信仰系统都将围绕

它们建立。因为有了它们，你们将能够经验到无条件的爱、无限制的分享、情感和身体的治疗。

你们终将明白，要避免为别人的经验负责是不可能的，因为人世间并没有“别人”。只有你，表现为各种形式的你。

由于这种认识，一切将会改变。你们现在经验到的这个世界将会发生非常激烈、非常普遍、非常彻底的变化，就像一场噩梦终于结束。到时你们将会真正地醒来。

你们苏醒的时刻即将来临。你们自我更新、重新创造的时刻已经迫在眉睫。你们就要依照对你们的身份曾有过的最远大期许重新创造你们自己。

这是你们的国际社会在新千年的任务。这个任务是你们自己设定的。它应你们的召唤而来。你们已经着手去完成它。世界各地的人们因为它而联合起来。他们携手进行这次重新创造。东方和西方相遇。白人拥抱有色人种。宗教在融合，政府在调整，经济在扩张。你们将一切全球化，采用全球的视角，创造出全球的体系。

转变之前将会有混乱。这种大规模的转变之前自然会发生混乱。因为你们要改变的不仅是你们做事的方式，还有整个关于你们作为个人、国家和物种的身份的想法。所以到时会很混乱，主要是那些不想这种转变发生的人引发的，他们不能接受“比较论”的终结和一体性的新福音。也有人会害怕这种转变将会使他们失去对生活的控制，丧失个人和国家的身份认同。但这些情况都不会出现。

大转变不会消除各种民族的、国家的或者文化的特点。它也不会贬低风俗传统、抛弃文化遗产，更不会拆散家庭、部落或者社区。恰恰相反，大转变会强化这些纽带关系，只要你们意识到你们不必以牺牲别人为代价，也能经验到它们。

大转变不会终结你们之间的差异，只会终结你们之间的分裂。差异和分裂不是一回事。

差异肯定你们对你们的身份的经验，并让其成为可能。分裂混淆那种经验，并让其变得不可能。若是没有此与彼、上与下、快与慢、热与冷的差异，你们无法经验到这些东西。然而此与彼、上与下、快与慢、热与冷并不是分裂的。它们是同一东西的不同化身。同样地，黑与白、雄与雌、基督徒与穆斯林之间也不是分裂的。它们只是同一东西的不同化身。

明白这个道理之后，你们也将会实现这种转变。你们将会变成新社会的成员，到时你们会推崇的是多元，而非分裂。

你们无需抹杀个体性才能经验到一体性。当然，这让你们很害怕。你们非常害怕一体会意味着相同，这又会让你们有别于整体的独特性消失。因而你们将会消失。所以反抗一体性的斗争就是为生存而斗争。

可是一体性并不会让你们无法以整体的个体表达的身份存在。它反而会容许你们以这种身份存在。

此时此刻，你们正在相互残杀，因为你们爱你们自己和你们的信仰，也因为你们恨别人和他们的信仰。你们的理论是，个人、种族、宗教或国家若想生存下来，就必须消灭其他个人、种族、宗教或国家。这是你们的迷思，被称为适者生存。

去实现一体性的新福音吧，你们将不必为生存而战斗，保障生存的方法，将会变成不为生存而战斗。这个你们长久以来没有想到的简单办法将会改变一切。

等到你们明白你们无法不生存那天，你们将会停止为生存而奋斗。等到你们明白人世间没有“别人”那天，你们将会停止相互残杀。

生命是永恒的，宇宙间唯有一个我们。

这两个真相几乎让你们在你们的生活中所做的一切变得毫无意义。理解它们之后，你们将会改变你们的生活，将会让你们的生活光荣地去表现对你们的身份曾有过的最远大期许。

生命是永恒的，宇宙间唯有一个我们。

这两个真相归纳一切，而且会改变一切。

生命是永恒的，宇宙间唯有一个我们。

你们只需要知道这两个真相就够了。

# Chapter 20

与神为友是什么意思呢？它意味着无论何时何地，你随时能够拥有这样的智慧。

它意味着永远不再为该做什么事情、该当什么人、该去往何方、何时行动、为何爱而思前想后。当你与神为友，所有问题都将会消失，因为我会带给你所有的答案。

实际上，我根本没有带来任何答案，而只是让你明白，你在进入人世时就带着它们，你向来拥有它们。我会让你看到如何召唤它们前来，如何让它们在你遇到各种疑惑、难题和困难时翩然而至，从而让那些疑惑、难题和困难不再是你的生活的一部分，被简单的经验取而代之。

实际上，在外界看来，似乎一切都没有变化。一切确实可能都没有变化。你可能会继续面对着相同的境况。唯有你能察觉到区别。唯有你能注意到转变。这将会是你内在世界的经验—— 然而它也会开始影响外在的世界。虽然别人也许看不见你所处的境况发生变化，但他们会看见你发生了变化。他们会感到惊奇。他们会为此而赞叹。最终，他们会询问起它。

我该怎么对他们说呢？

告诉他们真相。真相必将令他们自由。告诉他们，你的外在世界并没有改变。你依然患有牙疼。你依然有账单待支付。你依然与常人无异。

告诉他们，你依然面临过去那种不完美的境况，你依然遭遇各种不平之事。告诉他们，什么都没有改变，除了你的经验。

这是什么意思呢？我不知道这是什么意思。

你理解“经验”这个词汇的意思吗？

嗯，《兰登书屋英文词典》对“经验”的定义是：“通过感官得到的各种认知的总和，被感知、被理解和被忆起的一切。”

很好。所以，当你明白各种有关生活的伟大真相，发生变化的是你各种认知的总和。你的经验包括“被感知、被理解和被忆起的一切”。这里面有个重要的词汇：“忆起”。

简单来说，当你彻底地忆起你的真实身份，你的经验就会发生变化。

我来这里是为了帮你忆起。你来这里是为了帮助别人忆起。忆起之后，你就会重新成为神的身体的一部分。你将会与太极合一，不过你那化身为个体来表达整体的部分却不会消失。事实与此恰恰相反，它反而会变得比以前更加辉煌。

当你的个体表达是那么辉煌，别人也许会称你为神，或者神的儿子、佛陀、光明使者、大师、圣人—— 甚至是救世主。

到时你将会是救世主，将其他所有人从遗忘之中拯救出来，让他们不再忘记他们的一体性，不再表现得他们是彼此分离的。

你将会毕生致力于终结这种分离的幻象。你将会加入其他也正在这么做的人的行列。

你一直等待这些人。你一直等待他们在你的生活中出现，在你面前现身。现在你已经遇到这些人，你再也不用孤独地从事这份工作。

这就是与神为友的意思。它意味着不再孤独。

所以，当你回到你的日常生活时，要认识并理解所有事情都已经变得和从前不同。你和我的友谊改变了一切。它给你带来了我的陪伴和我的爱，我的智慧和我的觉悟。

你将会觉悟，你将会觉悟到你已经觉悟。你将会清醒地行走。你

将会融会贯通。

也可能不会。

也许你还会屡次坠入遗忘当中，也许你还会屡次想象不到你的真实身份。每当遇到这些时候，尤其是在这些时候，请利用我们的新友谊。呼唤我的名字，我将会出现。我会让你看见你的答案，我会领你找到你的智慧，我会让你找回你自己。

然后，你要为别人做这件事。让人们找到他们自己。这是你的任务，这是你的使命，这是你的目标。

通过他们和你的友谊，人们终将认识到他们与神之间也是朋友。

# Chapter 21

我的故事暂时到此为止。现在是1999年6月29日早上6点25分。我自凌晨2点30分醒来，在舒适的书房中为这本书结尾，窗外是俄勒冈州阿什兰市郊外起伏的群山。我一直想知道这本书的结尾会是什么样。对我来说，上一章就是结尾。再也没有什么要说的了。要说的全都在这里。一切都已明了。当你觉悟，当你觉悟到你已经觉悟，就再也没有什么要问的了。

我在《与神对话·第一卷》开始讲述我的人生，讲到这里就结束啦。离开阿什兰附近的宿营地之后，我回到了“正常的生活”。但这次我想要的是过生活，而不仅是过日子。我在写下那封愤怒的信给神和撰写《与神对话·第一卷》之前许多年的悲伤，大部分是因为我只是想要过日子。这也是造成我有过几段不幸婚姻的主要原因。自那之后，我学会了在生活中提出两个重要的问题：我要去何方？谁与我同行？我还学会了永远不要颠倒这两个问题的次序，永远不要先问第二个，然后再让第一个来适应第二个。

现在我拥有很棒的生活，有福气得到了我很棒的妻子南希，也很荣幸结识了许多很棒的朋友。而我最棒的朋友就是神。

我和神之间确实有一份友谊，我每天利用它。这就是朋友的功能—— 被利用。这是神喜欢我们做的事。神说：“利用我。”这是三个有魔力的字。这三个字会改变你的生活。当你听到神说这三个字，你的生活将会改变。当别人听到你说这三个字，你的生活将会改变。

这三个字甚至比“我爱你”更加强大。因为当你说“利用我”，你就是在说“我爱你”—— 以及更多。你正在说的是“我爱你”和“我现在就显示给你看”。

这是神说的话。神一直都是这么说的。

我知道，那些身心俱曾遭受重创的人会很难接受这句话。然而我向你们保证，它是真的。连我们最黑暗的时刻也是礼物。这是每个大师都曾教我们的道理，要么事实如此，要么每个大师都对我们说谎。我可不认为佛陀是骗子。我不认为耶稣会胡说八道。我也不认为穆罕默德会跟我们开玩笑。

我认为，能够让我们避开残酷命运的飞石和箭矢的，就是我们的存在状态。存在，还是不存在，这是个问题。以我们的真实身份存在，还是以不如它的身份存在，这是个选择。

神在这部对话录中教给我们的，将会改变我们的生活，也足以改变世界。这是强大的东西。所以去分享它吧。把它给出去。走出去，去传播新福音。

每天都有分享这道消息的机会，别错过它们。然而要记住，最有效的分享方法是成为它。我现在选择将我的余生致力于成为这道福音。我邀请你也这么做。

所有美好而光荣的孩子们，所有的新朋友们……

你们走过的是一段困难而艰辛的旅途。然而现在你们找到了回家的路。你们征服了险阻，化解了难题，治愈了创伤，解决了冲突，搬走了障碍，提出了问题，并听到了你们自己的答案，尽各种努力回到我身边。现在你们的工作完成了。你们的欢乐才刚刚开始。

让这成为你们的欢乐吧：去把别人送回我身边，为别人指引回家的路，让别人找回他们自己。因为那正是家的所在，也是我的所在—— 我是每个人的灵魂，寄居在每个人心里。

回到你们的心灵之家吧，你们将会发现我就在那里。再次和你们的灵魂团聚吧，你们将会再次和我团聚。

要有信仰，因为我告诉过你，你和我也许有所不同，但我们无法被分裂。然后去吧，去终结你们之间的分裂。去庆祝你们的差异，然后要终结你们的分裂，并齐心协力地去表达这个真相—— 宇宙万物皆

是我。

要有希望，因为我对你们的爱永远不会终结，永远没有限制，也永远不讲条件。

然后要有爱，彼此相爱，以此来表达我。

当你们决定表达神，你们将会变得光荣。当你们选择经验与神和万物的统一，你们将会实现你们的自我。当你们决意认识真相，你们将会展示真相。不仅是通过思维，不仅是通过话语，而且也通过行动。

神曾和你们立下盟约，保证天国和神的心里有你们的位置。这些是你们的契约。当你们的行为反映了它们，你们就会成为真正的大师。

要认识这一点：大师境界是你们的目的地。它是你们说你们想要去的地方，因此，它是我正在引领你们前往的地方，也是我邀请你们相互引领对方前往的地方。

现在就与神为友吧，而且要促使别人明白，他们只要与你们为友，就是与神为友，因为你们和我是一体的，因而，你们是他们愿意与之为友的神。

他们也是你们愿意与之为友的神。如果你们不和别人成为朋友，你们就无法经验到你们和神拥有一份友谊—— 因为我就是“别人”。宇宙间并没有别人，只有我。当你们认识到这个道理，你们就认识了最大的秘密。是时候走出去实践这个秘密啦。请怀着信仰去实践它，请怀着希望去分享它，请怀着爱去展现它。

尤为重要的是，请现在就去实践你们的爱，别只是把它说出来。因为你们若能说万人的方言，也能说天使的话语，却没有爱，你们便与吵闹的铙钹无异。你们若有未卜先知的能力，能理解所有的谜团和所有的知识，你们若有足以移动山脉的信仰，却没有爱，你们便没有表达你们对你们的身份曾有过的最远大期许。

爱是耐心与和蔼，爱不是妒忌或吹嘘，不是傲慢或粗鲁。爱并不固执己见，它不焦躁，也不怨憎；它不因别人犯错而高兴，因为它知道对与错这种东西并不存在。爱滋生一切，认识一切，容忍一切，拥抱一切，然而却从不原谅，因为爱知道没有事也没有人需要被原谅。

爱从不终结。至于你们的预见，它们会过时；至于你们的语言，它们会消失；至于你们的知识，它们会成长，会改变。因为你们现在的知识是不完美的，然而当你们终于明白一切皆是完美，不完美的知识将会过去，被你们定义为不完美的东西也会过去。

从前你是孩子，你说话像孩子，思考像孩子，推理像孩子。但现在你的灵性已经增长，已经放弃了孩子的方式。从前你看我像雾里看花，但现在我们面对面了，因为我们现在是朋友。从前你部分地认识我，现在你彻底地了解我，我也彻底地了解你。这就是与神为友的含义。

我要离开这本书了，但我不会离开你的心和你的灵魂。我无法离开你的灵魂，因为我就是你的灵魂。你的灵魂是用我的本质做成的。去吧，我的灵魂伴侣，去在信仰、希望和爱中生活，在这三者中生活。然而你要知道，其中最伟大的是……爱。

无论你在哪里，请散播它，分享它，成为它。你的爱将会成为一道能够真正照亮世界的光芒。

我爱你，你知道吗？

我知道。我也爱你。

# 后记

每当完成又一部对话录，我总是会为神馈赠给人类的智慧财富而震惊。神一直在对我们说话，不仅是在这里，也在其他许多书里，以及通过其他许多种方式。我很清楚地知道，只要我们用心聆听，这个星球上的所有问题都能得到解决。

我想要将神赠送给我们大家的智慧付诸实践。所以我擅自在我每本著作的后记推荐各种办法，以让我们所有人能够更加投入地、更加深入地去把我们的灵性化为行动。

要把你自己的灵性付诸行动，第一步是去接触它。对许多人来讲，这不但是第一步，也是最大的一步。因为许多人会问："我怎样才能做到呢？"我在这本书里提出过这个问题。也许你能回想起神的回答：

> 每天抽出些许时间，拥抱你对我的经验。不妨现在就这么做，当你不必这么做时，当生活没有迫使你这么做时。甚至当你没有时间这么做时。当你并不觉得孤独时。这样当你"孤独"时，你将会知道你其实并不孤独。要养成每天和我建立神圣关系的习惯。等到你建立起那种神圣的关系，你将永远不想失去它，因为它会给你带来最大的欢乐。

做这件事的方法有很多种，正如这部对话录反复指出的，没有哪种方法是最好或者最正确的。我发现有种叫做"丹学"的方法对很多人是有效的，我亲自验证过，它对我也是有效的。这是一种科学的修炼法，能够让人们与内在的造物主取得联系。其创始人是李承宪大师，他在韩国、美国和世界各地开设了两百三十家丹学修炼中心。

人类自有历史以来，许许多多的智者曾教导我们说，我们确实是一体，我们彼此不可分离，一人受影响，即是所有人受影响。虽然我

们反复地接受这道消息，问题依然存在：我们如何能够真正地吸取这种智慧？我们如何能够“感受”这种一体性的真相，而非只是在肤浅的层次上“认识”它？丹学就是一个答案。

丹学是一整套修炼法，它综合了健美操、拉筋术、入定法、呼吸法，以及其他一些炼气的方法。“气”是中国道家的用语，它指的是浸润我们所有人的生命能量。一旦感受到这种能量，你不仅能用它来获得身体的健康，还能让你自己和宇宙能量相连，达到灵性觉醒的境界，从而浑身每个细胞都能拥有天人合一的感受。

丹学简单易懂又深奥。如果你有兴趣学习这种法门，不妨致电001—877—DAHNHAK找到离你最近的丹学修炼中心。

除此之外，值得你去探索的身体和精神修炼法还有很多，你确实不可能因为修习它们而走上邪道—— 只要你认真地使用它们，并且由衷地致力于成为把光明带给我们这个世界的使者，而不仅仅是光明追逐者。因为现在必须做出更多的贡献，而不仅仅是关心自己的生活。这些修炼的方法会让你的身体和你的意识相连，它们能够连接“行在”和“存在”，并提高个人和集体的觉悟。

在过去，我们曾试图只通过改变我们的行事来改变我们的集体经验，这种做法并没有生效。我们人类的行为方式跟一千年前仍然大同小异。我相信这是由于我们一直想要改变行为，而不是创造行为的意识。

我和神这场旷日持久的对话反复地指出，没有我们必须做的事，“行在”并非对策之所在。对策其实要到“存在”中去找。

“存在”和“行在”的区别是什么？我们如何才能将其应用到日常世界中？我对这些问题进行了思考，我觉得可以就这个主题写本小书。我想要找到一种方法，能够让我依照神的期许生活在真实的世界里。我想要把神关于存在的非凡智慧付诸实践。我知道“存在”是一个能够改变世界的概念，可是我不知道如何去应用它。

我冥思苦想，然后在某个周末，突然想到了答案。于是我写了一本叫做《光明使者》的小书。它实实在在地回答了现代生活最重要的问题—— 如何找到正确的生活方式，如何真正地生活，而非只是在过日子。我们大家必须让自己摆脱日常的“行在”陷阱，才能够接受神的邀请，去变成“能够真正照亮世界的光芒”。

南希和我创办了重新创造基金会，这个非营利组织的使命是传播这套对话录的消息，它已经出版了《光明使者》，我希望每个想知道如何从行在转移到存在的人都能去阅读它。我们给基金会取名为重新创造，是因为我们理解生活的目标，那就是依照你对你的身份曾有过的最远大期许重新创造你自己。

只要参与这个过程，你将会发现自己想为其他人做些事情。这是自然而然的。这是顺理成章的。我们能够服务大众的方法之一是将我们的灵性带入政治领域。喏，我知道有些人相信灵性和政治应该是井水不犯河水。然而神在这本书中说：“你们的政治观点就是你们的灵性，被展现出来的灵性。”

我非常清楚这句话是真的。所以这几年来，我一直在寻找某个以有利于生活的灵性原则为基础的政党或者政治运动。坦白说，我需要一个投票的理由。我发现各种传统的政党并不符合我的要求。然后我读到一本别开生面的巨著，作者是罗伯特·罗斯。如果你现在的处境和我以前相同，也是在寻找中渐渐失去希望，我可以向你保证，这本书将会提供一种激动人心的方法，让你能够将你的灵性真相转化为实际的政治行动。

罗斯先生这部著作的名字是《投票的理由》。它是一本非读不可的书，哪怕你“对政治毫无兴趣”。尤其是当你对政治毫无兴趣。你之所以不感兴趣，很可能是因为政治家的所作所为引不起你的共鸣。政治并没有提供一种切实的方法，让你去表达你的身份。你没有投票的理由。

现在你有啦。

玛丽安妮·威廉姆森说：“伴随灵性的力量在我们内心升起的，是我们为世界服务的欲望。”她有部惊人的杰作叫做《治疗美国的灵魂》，这本书指出了我们需要做的事，以及做那些事的办法。它的创见不仅适用于美国，也适用于地球上每个地方。

玛丽安妮和我共同创办了全球复兴联盟，负责联络全球各地的“公民圈”组织，致力于利用灵性原理和社会行动来改变世界。这是我所知最令人兴奋的国际灵性政治运动，它的理事会成员有迪帕克·卓普拉、韦恩·戴尔、汤姆·哈特曼、让·休斯顿、芭芭拉·马克思·哈巴德、托马斯·摩尔、卡罗琳·密斯、詹姆斯·雷德菲尔德、加里·祖卡夫等等。我们大家团结一致，我们希望你也会加入我们的团队。要更详细地了解这项真正神奇的事业，请联系：

Global Renaissance Alliance

P.O. Box 15712

Washington，D.C.20003

Telephone：1—541—890—4716

E—mail：office@renaissancealliance.org

On the web at www.renaissancealliance.org

还有其他许多方式可以将我们在这套非凡的《与神对话》系列图书中得到的消息和智慧付诸实践。这么做是我毕生大愿，我知道许多人有同样的感觉。如果你也有同感，我邀请你联系我们的基金会，询问“与神对话在行动”项目的情况。

这是个新的项目，它分为“智慧圈”（散布在全国各地的小组，协助答复我们每周收到的三百封这套书的读者来信），“危机反应团队”（由一些志愿者组成，他们向我们提供当地社区的信息，有时候，当遭遇灵性危机的人向我们求助，他们会充当顾问），以及“资源网络”（负责联系世界各地致力于灵性和人性改良项目和思想的

人）。

接到你的请求后，我们会给你寄出一张宣传页，上面会介绍这个项目，参与这个项目的方法，以及我们的其他努力—— 尤其是一个新学校的创办，这个学校是基于我与神的对话，还有我在本书第125页接受的邀请而成立的。

心光学校的课程表的基础是神在这部对话录中赠送给我们的三大核心概念：觉悟，诚实，责任。它会以自然的方式引导孩子去经验和更进一步地培养他们内心已有的对这些概念的理解。我们既要给孩子大量的知识（我们会在充满爱心和关怀的环境中让每个孩子取得优异的学习成绩），也会引领他们找到自己内在的智慧。

智慧是知识的运用。

心光学校会教我们的孩子去创造我们的未来，而不是重复我们的过去。它会给孩子提供他们在这个世界上生存所需的信息，但不会如某些文化所做的那样，要求他们复制原来的生活方式。我们希望，等到我们办学的事情和我们的办学理念广为传播之后，能够在世界各大城市开设心光学校。

最后，有许多人看过《与神对话》系列图书之后深受感动，希望这种对话能够持续下去。如果你想要和神“保持联系”，最好的办法是订阅我们的“《与神对话》简讯”。每期简讯会有一个篇幅很长的“读者论坛”，在这个栏目中，我们会教大家如何在日常生活中应用神的消息，并回答一些我收到的关于这套书的尖锐问题。简讯也会报道许多延续这种与神对话的经验的活动，包括“神的笔友”、为期五天的“重新创造你自己”静修营、“以书赠友”项目，以及基金会的其他活动。汇款三十五美元即可订阅十二期简讯（美国以外的读者需要四十五美元）。读者也可以申请免费订阅。

若要咨询有关《光明使者》、“与神对话在行动”、心光学校或者“《与神对话》简讯”的情况，我们基金会地址是：

The ReCreation Foundation

PMB 1150

1257 Siskiyou Blvd

Ashland，OR 97520

Telephone：1—541—482—8806

E—mail：recreating@aol.com

on the web at www.conversationswithgod.org

无论你是否读过这些书，无论你是否愿意加入这些组织，去扩大你对这个世界的影响，我希望你会成为我的拍档，一起来传播新福音。

如果你这么做，将有助于让我们的集体意识发生基本的转变。这种转变能够极大地改变我们的宗教、政治、经济、教育和社会，从而让我们迎来一个黄金时代。因为当所有人对神有了新的认识，他们将会与神建立起新的关系，最终将不再认为神是鸡肠小肚、睚眦必报和不可靠近的，并与神培养出一种能够发挥实际作用的友谊。

这种友谊固然很强大，但它将给我们带来的影响却更重要：它不仅会让我们经验地认识到我们和造物主是紧密相连的，而且会让我们明白，我们本质上和所有生灵是一体的。这反过来会终结那个已经给我们的生活造成如此之多的悲剧的信念：那种认为某个人或群体就是比其他人或群体更好的信念。

本书就此发出了振聋发聩的消息。我希望你能和我一起来传播这道消息。成为我的拍档吧，以便我们能够在二十一世纪—— 初期，而非晚期—— 看到宗教领袖、政治人物、教育家和各个领域的社会科学家接受神的邀请，并大声地宣布：

“我们的方式并不更好，它只是另一种方式而已。”

这句令人震惊的话会改变世界。

我们在这里谈论的是改变我们整个文化故事，改变我们持有的对人类和世界的本质的集体观念。

我们最古老、最有影响的故事是分离的故事。在这个故事中，我们幻想自己和神是分离的，因此我们彼此之间也是分离的。这个分离故事催生了我们对竞争的需求，因为如果我们是彼此分离的，那么我们每个人、每种文化、每个国家都只能靠自己，而且必须为了有限的资源而拼个你死我活。

由于这种误解，我们又产生了相互比较的思想。因为如果我们彼此竞争，那么我们必须有理由去宣称，我们对食物、土地、资源、这样或那样的奖励的占有是天经地义的，是理所当然的。我们告诉自己，这个理由就是：我们“更好”。我们有资格赢。

这种认为我们相对较好的判断让我们变得不择手段，但求获胜，而且觉得理直气壮。然而，我们在自以为“更好”时的所作所为，为我们搭起的是失败而非胜利的舞台。这是人类的悲剧。我们打着“我们更好”的旗号，整个整个地“清洗”了许多民族。我们宣称我们有特权，并且囤积各种资源。我们将一些人贬为下等人，统治他们，让他们过着痛苦而绝望的生活。

所有这些事情会发生，是因为人们认为他们接近神的方式“更好”，他们的统治方式“更好”，他们的经济系统“更好”。或者他们占有土地的理由“更好”。然而《与神对话》系列图书透露的消息很清楚。没有人更好。我们是一体。我们无法在地球上拥有和平，除非我们学会以一个声音说话。那个声音必须是理性的声音，是同情的声音，是爱的声音。这是内在于我们的神圣声音。

我知道我们的与神对话将会让我们与神为友，而这份美好的友谊最终将会让我们经验到与神合一，让我们终于能够以一个声音说话。

那个声音将会传遍各地—— 无论是在人间，还是在天堂。

# 致谢

首先我最想感谢的，依然是我最好的朋友，神。我由衷地感激神在我的生活中出现，由衷地感激神终于和我成为朋友，由衷地感激神赠送给我所有这些道理—— 也给了我把这些道理送出去的机会。

同样让我心怀感恩的是，我的人生伴侣和我之间的友谊—— 虽然这份友谊不那么神圣。我的妻子南希是“福气”这个词的化身。自从遇到她以来，我时时刻刻感到自己很有福气。

南希是个令人震惊的人。她浑身上下散发着安静的智慧、无尽的耐心、深切的慈悲，以及我所知道的最纯粹的爱。在这有时候暗无天日的世界，她真是一个光明使者。认识她让我重新看到了人性的善良与美好，重新燃起了相敬如宾、相互扶持的希望，重新拾起了对真正的爱情的憧憬。

我要感谢所有曾经给我启发、教导过我的人，他们影响了我的生活，帮助我完成我的作品，塑造我的行为性格和存在的方式。这些为我指明道路的导师真是无价的礼物啊！在这些人中，我非常感谢：

科尔斯滕·巴克，感谢他为我定义了什么是绝对的独立，并让我明白一个当仁不让的领袖未必会缺乏同情、敏感和关爱。

丽塔·科尔蒂斯，感谢她证明女性的个人力量未必会比男性弱，反而可能会更强大。

伊伦·德坚尼雷斯，感谢她以身作则地展现了大多数人以为不可能的勇气，从而使我们每个人都可能拥有它。

鲍勃·弗里德曼，感谢他让我明白正直的人其实是存在的。

比尔·格里斯沃德和达恩·希格斯，感谢他们亲自定义了什么是终生的友谊。

杰夫·古尔登，感谢他让我明白杰出的才华、充满激情的信仰和温柔的说服是可以同时出现在一个人身上的。

帕蒂·哈梅特，感谢她展现了什么是爱、忠诚和坚贞不渝的执着。

安妮·哈切，感谢她以身作则地展现了绝对的真诚，而且在任何情况下都不放弃它。

杰里·简波斯基和安妮·苏里西安尼，感谢他们让我明白，人类只要愿意去爱，就没有什么迈不过去的坎，没有什么解不开的心结。

伊丽莎白·库伯勒—罗斯，感谢她让我明白，人有可能为整个星球做出惊人的贡献，同时自己又泰然处之。

卡尔拉·马绍尔，感谢她总是宽宏大量地对待不可原谅的事，让我敢于相信神的承诺是我们所有人都会得到赦免。

斯科特·麦克圭尔，感谢他证明男性的敏感细心程度未必比女性低，反而可能会更高。

威尔·理查德森，感谢他让我明白，不是同母所生，也能成为兄弟。

布莱恩·沃尔什，感谢他让我学会了坚定不移，并明白了家庭的重要性。

邓尼斯·韦弗，感谢他让我看到了什么是男子气概，也让我学会了如何用自己的才华和名气去让别人过上更好的生活。

玛丽安妮·威廉姆森，感谢她证明了灵性的领导和世俗的领导并非水火不容。

奥普拉·温弗雷，感谢她亲自展示了非凡的个人决心和勇气，那意味着为了信仰不惜牺牲一切。

加里·祖卡夫，感谢他亲自展现了温柔的智慧，教我如何找到中

心，以及停留在那里的重要性。

除了这些，我还有过其他许多导师，他们全都是我学习的对象。我知道在某种程度上而言，由我这里而生的好东西都来自他们，因为那是他们教给我的，我只是把它传下去。

当然，我们来到这里，是为了相互学习。我们是彼此的导师。我们真的是很有福气的，对吧？

## 与神为友

产品经理 | 赵海萍
封面设计 | 董歆昱
Kindle电子书制作 | 李元沛
出品人 | 吴畏

# 目录 Contents

前言
序章
第一部分 人类的十大幻觉

1.需求的幻觉
2.失败的幻觉
3.分离的幻觉
4.匮乏的幻觉
5.资格的幻觉
6.审判的幻觉
7.天谴的幻觉
8.条件的幻觉
9.等级的幻觉
10.无知的幻觉

第二部分 掌握幻觉

11.教育好你们的孩子
12.识破幻觉
13.理解幻觉的功能
14.思考幻觉
15.利用幻觉
16.再造现实

第三部分 与内在造物主相遇

17.控制你的身体
18.控制你的情绪
19.培育自觉
20.造物主的消息
21.把握恩宠时刻

译者附记

凡所有相 皆是虚妄 若见诸相非相 即见如来

# 与神合一

Communion with God

Neale Donald Walsh

[美] 尼尔 · 唐纳德 · 沃尔什 著 李继宏 译

江西人民出版社
Jiangxi People's Publishing House

图书在版编目（ＣＩＰ）数据
与神合一／(美) 尼尔·唐纳德·沃尔什著；李继宏译. -- 南昌：江西人民出版社, 2018.5
ISBN 978-7-210-10358-5
I. ①与… II. ①尼… ②李… III. ①成功心理 - 通俗读物 IV. ①B848.4-49
中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第078633号

著作权合同登记号：图字14-2018-0088号
All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form.
This edition published by arrangement with G.P. Putnam's Sons, an imprint of Penguin Publishing Group, a division of Penguin Random House LLC, arranged through Andrew Nurnberg Associates International Ltd.

与神合一
尼尔·唐纳德·沃尔什 著
责任编辑 王华 冯雪松
出版发行 江西人民出版社
印刷 北京旭丰源印刷技术有限公司
版次 2018年5月第1版 2018年5月第1次印刷
开本 880毫米×1230毫米 1/32 印张 7
字数 122千字
印数 1-13,400
书号 ISBN 978-7-210-10358-5
定价 52.00元

赣版权登字**—01—2018—303**
版权所有 侵权必究

# 前言

欢迎来读这本书。

我想请你做出一个非凡的假设。

我想请你假设这本书是专为你而写的。

如果你能接受这个说法，我相信你将得到毕生最为强大的经验。

现在我恳请你做出一个更为非凡的假设。

我想请你假设这本书是专为你而写的，并且作者就是你。

如果你能想象一个世界，在这个世界中，没有哪件事是外界强加给你的，每件事的发生都有你的参与，那么你将明白你用开篇这七个句子送给自己的道理。

这是领略一本书要旨最快的方法。

欢迎来到此刻。

你来得正好，因为此刻正是你为了自己即将得到的幸运经验而设计的。

你曾追问生命中一些最有意义的问题，你曾反复地、迫切地、真诚地寻找这些问题的答案，否则你不会来到这里。

这种追问一直在你的内心进行，不管你是否让它成为外在生活的重要部分；正是它促使你拿起这本书。

只要明白这一点，你便揭示了一个生活的大秘密：为什么各种事情会以这样或那样的方式发生。

而这个道理，全蕴含在开篇这十四个句子当中。

欢迎来和造物主相会。

这是一次你无从逃避的相会。所有人都与造物主相会。问题不在于是否相会，而在于何时相会。

有些人满腔热情地追求真相，他们较早地经验到这种相会。诚实是磁铁。它吸引着生活。而生活无非是神的代称。

凡是诚实地寻找的，必定诚实地找着。生活不会欺骗它自己。

所以你才会走过那么多路，来到这里，来到这些字句前面。你把自己送到这里，而且这并非偶然。仔细回想你如何来到此处，你将会明白这一点。

你相信神启吗？我是相信的。我为你而信，也为自己而信。

有些人不喜欢听别人说他们得到了神的启发。据我所知，这里面的原因有好几个。

首先，绝大多数人不认为他们曾经得到神的启发，至少不曾以最便捷的方式——也就是直接交流的方式——得到，因此一切声称如此的人都是可疑的。

其次，如果有人宣称自己的灵感是神赐予的，那么难免显得有点自大，因为这意味着其灵感是不容辩驳、完美无瑕的，毕竟那来自神。

再次，许多宣称获得神启的人不是那么容易相处，比如莫扎特、伦勃朗、米开朗基罗，或者好几个教宗，还有无数其他曾经打着神的旗号做出一些极其漂亮事情的人。

最后，有些人呢，我们确实相信他们直接得到神的启发，可是却把他们想得太过神圣，以至于不懂如何与他们打交道，或者说不懂如何以正常的方式和他们交往。简单来说，他们虽然厉害，却让我们感到不舒服。

所以我们十分怀疑这种获得神启的事情。其实我们的怀疑也许是正确的。我们不想仅仅由于别人自称是至尊的信使，便囫囵吞下他们所说的每句话。

但我们如何分辨哪些是神圣的启发，哪些又不是呢？我们如何能确定谁说着永恒的真相呢？

这个问题非常重要。答案就在一个大秘密里。其实我们不必知道。我们不必知道别人的真相，只要知道我们的真相就够了。明白这个道理，便能明白一切。我们明白，别人说的未必是真相，那只会引领我们找到自己的真相。那将做到这一点。那将不可避免地做到这一点。所有事情都引领我们通向内心最深处的真相。那是它们的功能。

其实那就是生活自身的功能。

生活是不停地自我揭示的真相。

而神是不停地自我揭示的生活。

你无法停止这个过程。但你可以加速它。

这也是你在这里要做的事。

这是你让自己来读这本书的原因。

本书不宣称是真相。它旨在引导你找到自己内心最深处的智慧。你不必同意它的内容也能做到这一点。实际上，你同意与否是无关紧要的。如果你同意，那将会是因为你在本书中看到了自己的智慧。如果你不同意，那将会是因为你并没有看到自己的智慧。无论情况是哪一种，你都将被引导向你自己的智慧。

所以请为你自己谢谢这本书，因为它已经让你明白了一个大道理：最高的权威就在你的内心。

这是因为我们每个人都和神圣领域有直接的联系。

我们每个人都有能力获取永恒的智慧。其实，我相信，神无时无刻不在启发着我们所有人。虽然我们都曾拥有过这种经验，有些人给予了它其他名称：

惊喜

巧合

运气

偶然

怪事

邂逅

甚至也许是神圣的干预

我们似乎愿意承认神干预我们的生活，却不敢相信我们在思考、写作、说话或者做某件具体的事时，真的能够直接得到神的启发。这显

得太过离谱。

下面我要说的话就显得太过离谱。

我要说，是神启发了我写下这本书，是神启发了你拿起了这本书。你也许有好几个理由怀疑这种说法，且听我一一道来。

首先，正如我前面说过的，我明白我们所有人一直得到神的启发。我并不认为你和我是独特的，也不认为神赐给我们特殊的能力，或者赋予我们某些异禀，让我们能够与神圣领域合一。我认为每个人都处于持续与神圣领域合一的状态，只要我们愿意，我们随时可以有意识地经验这种状态。其实据我所知，这也是当今世界许多宗教的承诺。

其次，我并不认为一个人和神圣领域有过片刻的接触，便意味着这个人的话语、行动或者作品是无懈可击的，我认为曾经得到神启的人也可能犯错。其实我相信他们经常犯错。因此我不认为那些经典上的每个字都是真实的，也不认为教宗在行使职责时所说的每句话都是正确的，更不认为特蕾莎修女时刻做出了准确完美的举动。我相信特蕾莎修女得到了神的启发，但获得神启和永不犯错是两回事。

再次，我这个人确实很难相处（那些曾经和我共同生活过的人最清楚这一点），虽然我不会宣称你有什么缺点，但我并不认为自己因为有了这些缺点，便没有资格得到神的帮助和直接指导。实际上，我相信情况恰恰与此相反。

最后，我不相信自己会变得“神圣”到让人不舒服。实际上，我又要再说一遍，情况恰恰与此相反。如果有人真的因我而感到不舒服，那可能是由于我不够神圣。知行合一对我来说是很难的。我能写出光芒四射的文字，也能说出灵光乍现的话语，但有时会逮到自己正在做一些不是特别光彩的事情。

我仍在路上，尚未抵达我的终点。我现在离终点还远着呢。今日之我和昔日之我真正的区别在于，如今我总算找到了路。然而对我来说，这是极大的进步。我毕生大部分时间都不知道自己要去何方，然后又怨艾何以到不了那里。

现在我知道我要去哪里。我要回家，我要再次彻底认识和经验我与神的合一。没有什么能阻拦我去那里。这是神向我承诺的。反正我相信这个承诺。

神还给我指了路。其实他给我指的那条路并非唯一的路。因为神最大

的真相是，回家的路不止一条，而是有许多条。通往神的路有一千条，每一条都能让你去到那里。

其实所有路都通往神。这是因为我们没有别的地方可以去。

本书谈论的就是这个。它谈论如何回家。它探讨天人合一（我称之为与神合一）的经验。它描绘了一条通往那种经验的道路，一条经由幻象抵达终极实在的途径。

本书以一个声音说话。我相信那是神的声音，它通过我和你，传达神的启示，证明神的在场。如果我不相信我们所有人都能够发出神的声音，传达神的启示和证明神的在场，那么我将不得不放弃我的信仰，不再相信神能够启发人世间所有的宗教。

我不愿意放弃。我相信在这个方面，各种宗教的说法是对的：神的确在当下以许多真切的方式走进我们的生活，而且我们不必是圣徒或哲人，这种事情才会发生。

我不需要你和我一样相信这一点，也不需要你相信本书的任何字句。其实你要是不相信我反倒最高兴。关于你在这里读到的东西，别去相信。

去了解。

只要去了解就好了。

了解书中所说的是不是你的真相。如果是，那么它将引起共鸣，因为你将会与内心最深处的智慧重逢。如果不是，那么你将了解到这一点，而这也意味着你已经与内心最深处的智慧重逢。反正你将会获益良多，因为在重逢的那一刻，你将经验到你自己与神的合一。

而你正是为了与神合一，才会来到这里。

来读这本书。

和来到这个星球。

愿神眷顾你。

尼尔·唐纳德·沃尔什
俄勒冈州阿什兰市
2000年7月

# 序章

神在过去许多年，已经许多次，以许多种方式和你们说话，但很少如这次般直接。

这次我直接和你们说话，而这在整个人类历史上只发生过少数几次。

很少有人敢于以这种方式聆听我，敢于直接聆听我。将他们所听到的话与他者分享的人就更少了。既聆听又分享的极少数人曾经改变了世界。

他们当中有伊索、孔子、老子、佛陀、穆罕默德、摩西和耶稣。

也有庄子、亚里士多德、黄檗、撒哈拉、摩诃维拉、克里希那穆提。[1]

以及瑜伽难陀、拉玛那·马哈希、迦比尔、拉尔夫·沃尔多·爱默生、释一行、伊丽莎白·克林顿。 [2]

还有师利·奥罗宾多、特蕾莎修女、梅赫巴巴、甘地、纪伯伦、巴哈欧拉、厄尼斯特·霍尔默斯、赛巴巴。 [3]

包括圣女贞德、亚西西的方济各、约瑟夫·史密斯 [4] 和其他更多此处没有提到的人。这个名单可以继续列下去。然而相对于曾在你们星球生活过的总人数而言，他们仍然不过是沧海一粟。

这少数人都是我的使者，因为他们尽可能彻底地理解内心的真相，又尽可能纯粹地将其传达给世人。虽然他们的理解和传达并非尽善尽美，但终究为你们增添了非凡的智慧，整个人类因此获益匪浅。

令人称奇的是他们洞见的道理何其相似。这些道理虽然在不同的时间和地点被讲述出来，中间也许相隔数个世纪，甚至分属不同宗教，但就像是同一时间说出来的，相悖之处微乎其微，相通之处却是俯拾皆是。

现在是时候将其他仍活着的人囊括进这份名单啦，让他们成为我的使者。

我们将用一个声音说话。

当然也可以不用。

至于怎么选择，仍和一直以来那样，由你们来决定。因为在每一个此刻，你们都在做出决定，并通过行动宣布这些决定。

最初，你们的想法就是我的想法，而我的就是你们的。因为在最初的时候，不可能有别的情况。太极唯有一个本源，那个本源就是太极。

所有事物都自那个本源发端，然后充盈于天地之间，作为整体的个体而存在着。

这些对唯一信息的个体解释创造了化一为多的奇迹。

而这种繁复多样的一体性便是你们所谓的生活。

生活即是得到诠释的神。也就是说，生活即是转化为许多形式的神。

第一层转化是从无形的整体转化为无形的个体。

第二层转化是从无形的个体转化为有形的个体。

第三层转化是从有形的个体转化为有形的整体。

第四层转化是从有形的整体转化为无形的整体。

生活的循环至此完整。

神的转化持续不断，这个过程在神的整体之内产生了无数的变化。我把这种整体的内部变化称为“个体化”。它是对并非割裂却可以被分别表现之整体的个体表现。

对我来说，个体表现的用意在于，通过经验作为各部分的我，而经验作为整体的我。尽管整体大于各部分的总和，我却只能通过认识总和来经验整体。

而这便是你们的身份。

你们是神的总和。

我曾多次告诉你们这个道理，你们当中有许多人也曾听说过这个道理，只不过把它理解成你们是神的子息。那个说法也是正确的。你们确实是神的子女。然而你们用什么标签或者名称其实并不重要，反正表达的都是相同的意思：你们是神的总和。

你们周围的一切也都是。你们看见和没看见的一切也都是。如今、从前和未来存在的一切都是我。我即万物。

万物皆我——这个道理我已经告诉你们许多次。

曾经是我的事物如今依然是我，将来是我的事物如今已经是我。我无法变成我如今不是的事物，也无法不再是我曾经所是的事物。

无论过去、现在、未来，生生世世，永远如此。阿门。

现在，在今天，在这样的时候，在新千年的开端，我来到你们身边，以便你们能够以新的方式开启新的千年：终于认识我，优先选择我，永远与我同在。

这是水到渠成的事情。我在20世纪90年代初期开始新的启示，20世纪最后几年一直在和你们对话，然后到了上个千年即将结束时又提醒你们，你们和我其实是朋友。

如今，在新千年的第一年，我要用一个声音告诉你们，我们可以拥有合一的经验。

如果选择了这种与神合一的经验，你们终将认识到什么是和平，什么是永无止境的欢乐、毫无保留的爱和无拘无束的自由。

如果选择了这种真相，你们将会改变世界。

如果选择了这种实在，你们将会创造它，最终彻底地经验到你们的真实身份。

这将是你们有生以来做过的最难的事，也将是你们从今往后要做的最容易的事。

说这将是你们有生以来做过的最难的事，是因为你们将不得不抛弃原有的自我认知，不再否定我。说这将是你们从今往后要做的最容易的事，是因为其实你们什么也不必做。

你们只需要成为我就可以了。

甚至连成为我也无需刻意去做，只需简单地承认就可以。这无需行动，只需认可。

我一直在寻求你们的认可。当你们认可我，我便得以走进你们的生

活。你们承认自己和我是一体。这是你们进入天堂的门票。

我得以进入你们的心，你们也就得以进入天堂。而你们的天堂也可以是在人世间。当分离的时代结束，团聚的时代来临，“人间天堂”将会真的存在。

那种团聚既包括你们和我的团聚，也包括你们和其他人、和一切生灵的团聚。

这也是我委托当今的使者再次告诉你们的道理。你们知道他们是我的信使，是因为他们全都带着相同的信息：

我们所有人是一体。

这是最为重要的信息。其实这是唯一的信息。生活中其他一切都反映了这道信息。其他一切都发出了这道信息。

可惜你们到目前为止还没有听进去（你们经常听到这个道理，却没有听进去），所以你们才会经验到如此之多的惨剧、悲哀、冲突和心痛。所有的命案、战争、强奸、抢劫，所有精神上、言语上和身体上的攻击，都是因此而起。所有的疾病和不适，以及你们所谓的“死亡”，也都是因为你们没有听进去这个道理。

那种认为我们并非一体的观念是一种幻觉。

绝大多数人是相信神的，他们只是不相信一个相信他们的神。

神确实相信他们。神爱他们，爱得超乎他们的想象。

那种认为神早在很久很久以前便沉默不语、再也不和人类说话的观念是错误的。

那种认为神生人类的气所以将人类踢出天堂的观念是错误的。

那种认为神让自己充当判官并决定哪个人该去天堂或者地狱的观念是错误的。

神爱曾经活着、现在活着和将来活着的每一个人。

神的愿望是让每一个灵魂回归神，而且不可能坐视这个愿望得不到实现。

神不与哪样东西分离，没有哪样东西和神是分离的。

没有哪样东西是神需要的，因为神便是一切。

这是一道好消息。别的消息都是幻觉。

人类已经在幻觉中生活了很久。这并非因为人类很蠢，而是因为人类特别聪明。人类本能地察觉到这些幻觉承担着一种功能，一种很重要的功能。绝大多数人只是忘记了他们明白这一点。

他们已经忘记他们的遗忘本身正是他们所遗忘的东西的一部分，也是幻觉的一部分。

现在人类是时候忆起了。

你将和其他人一起，成为引领这个过程的先锋。结合你目前的生活状况来看，这并不奇怪。

你之所以来读这本书，是为了忆起人类的种种幻觉，以便今后再也不会陷入这些幻觉之中，而是清楚地认识到终极实在，在你的生活中再次达到与神的合一。

你来读这本书的机缘是很完美的，而且明显并非出于偶然。

你来读这本书，是为了从经验上认识到神就在你的体内，只要你愿意，你随时能够和造物主相逢。

你可以在你的体内或者身边经验和发现造物主。但你必须看穿人类的种种幻觉。你必须忽略它们。

以下是人类的十大幻觉。请好好认识它们，以便遇到时能够认出来。

1.需求存在

2.失败存在

3.分离存在

4.匮乏存在

5.资格存在

6.审判存在

7.天谴存在

8.条件存在

9.等级存在

10.无知存在

前五种是有形的幻觉，和你的身体生活有关。后五种是无形的幻觉，和思想观念有关。

在这次交流中，每一种幻觉都将得到详细的探讨。你将会明白它们分别是怎么被创造出来的，又如何影响了你的生活。在这次交流结束之前，你将会懂得如何随心所欲地化解这些幻觉的影响。

喏，要进行真正坦诚的交流，你首先必须暂时别去怀疑你听到的东西。现在我请求你这么做。请暂时放下你关于神和生活的一切固有观念。你随时可以重拾这些观念。我并非请求你永远放弃它们，只是先把它们放到一边，因为说不定有些东西是你不知道的，知道那些东西将会改变一切。

例如，不妨检查一下你对神此刻正在与你交流这种观念的反应。

从前，你有各种各样的理由拒绝相信你真的可以与神对话。我准备请求你把那些观念搁置起来，假定你正在直接和我进行这次交流。

为了让你更容易接受，在这次交流中，大部分时间我将用第三人称来称呼自己。我知道对你来说，听我用第一人称说话可能有点紧张。所以我大部分时间将会简单地称呼我自己为神，但时不时还是会以第一人称的口吻和你说话——这只是为了提醒你是谁带来了这些信息。

现在你也许会认为直接和神交流是不可能的，但你来参与这次交流的终极目的，是为了忆起你的真实身份，以及你创造的种种幻觉。到时你将会深深地明白，读到这本书其实是你自己促成的。现在你只要记住我说的这句话：你这辈子绝大多数时间都生活在幻觉里。

人类的十大幻觉是你们来到地球伊始便创造出来的，它们非常强大。而且你们每天都创造出几百个较小的幻觉。你们相信这些幻觉，所以创造了一个文化故事，以便能够生活在这些幻觉中，让它们变得真实。

它们当然不是真的。然而你们创造了一个爱丽丝的奇境世界，奇境世

界中的一切显得非常真实。你们就像疯帽匠，拒绝承认假的是假的，真的是真的。

其实你们这么做已经很久了。

所谓的文化故事，就是你们数百年、数千年以来世代相传的故事。它是一个你们讲给自己听的、关于你们自己的故事。

你们的文化故事建立在幻觉之上，所以它产生出来的是诸多迷思，而不是一种对实在的理解。

人类的文化故事有如下要点：

1.神有一个计划。（需求存在）

2.生活的结果是不确定的。（失败存在）

3.你们和神是相互独立的。（分离存在）

4.万物皆不足。（匮乏存在）

5.有些事情你们非做不可。（资格存在）

6.如果不做，你们将会遭受天谴。（审判存在）

7.那种天谴是永恒的沉沦。（天谴存在）

8.所以爱是有条件的。（条件存在）

9.只要认识和满足这些条件，你便高人一等。（等级存在）

10.你们并不知道这些都是幻觉。（无知存在）

这个文化故事极其深入人心，乃至你们现在全面地、彻底地将其付诸实践。你们相互之间都说“世事便是如此”。

你们相互之间这么说已经有好几百年。实际上应该是有好几千年。你们这么认为已经太久，导致这些幻觉和故事孳生出了许多迷思。有些最为典型的迷思已经被简化为各种观念，比如说：

天意不可逆。

适者生存。

赢家通吃。

凡人生而有罪。

犯罪的代价是死亡。

神曰：报应在我。

无知是福。

只有神才知道。

还有许多其他同样消极和无益的说法。

基于这些和终极实在毫无关系的幻觉、故事和迷思，许多人对生活形成了如下的观点：

我们出生在一个充满敌意的世界，主宰世界的神规定有些事情我们必须做，有些事情我们不能做；如果我们混淆了这两种事情，这位神将会用无尽的酷刑来惩罚我们。

我们对生活最初的经验是与母亲、与我们生命的来源分离。这为我们整个人生经验奠定了基调，我们总觉得自己与所有生命的来源是分离的。

我们不仅与所有生命分离，也与生活中的其他一切分离。天地间存在的万事万物，都存在于我们身外。我们与天地万物是相互分离的。我们不想这样，然而实际上就是这样。我们希望情况与此相反，并不惜为之而努力。

我们想要再次与万物合一，尤其想要彼此融为一体。我们也许不知道为什么，但就是近乎出自本能地想要这么做。好像这么做是很自然的事情。唯一的问题在于，其他事物或者其他人似乎总是无法让我们得到满足。一样东西，只要是我们渴望得到的，我们便总是觉得拥有得不够多。我们无法得到足够多的爱，无法得到足够多的时间，也无法得到足够多的钱。如果我们觉得只有得到一样东西才会感到快乐和满足，那么无论这样东西是什么，我们总是嫌不够多。每当觉得够了，我们立刻又会想要更多。

让我们快乐的东西总是“不够”，所以我们必须努力“做事”，才能尽量多得到一些。世间一切，无论是神的爱还是富裕的生活，都需要我们去做一些事才能换来。单纯地“活着”是不够的。因此我们就像生活中

的一切，总是处在不够的状态。

因为单纯的“存在”并不足够，竞争于是开始。如果世上的好东西不够多，那么我们不得不为它们而相互竞争。

我们不得不竞争一切，包括神。

这种竞争很残酷。它关乎我们的存活。在这种竞赛中，唯有适者才能生存。而且赢家通吃。如果失败了，那么我们活在人世与活在地狱无异。如果在争取神的竞赛中落败，我们死后将再次经验到地狱——这回可是永世不得翻身。

死亡其实是神创造的，因为我们的祖先做出了错误的选择。亚当和夏娃原本在伊甸园里过着长生不老的幸福日子。但是后来，夏娃吃了知善恶树的果实，于是神大发雷霆，把她和亚当赶出了伊甸园。这个神首先判处他们——以及他们的子子孙孙——死刑。因此肉身的生命是有限的，不再永恒，生活中的一切也是如此。

然而，神愿意让我们重获永生，前提是我们不再违反他的规则。神的爱是无条件的，有条件的只是他的奖赏。神爱我们，即便他让我们沉沦在永恒的苦海。他受到的伤害比我们更大，因为他真的想要我们回家；但如果我们做错事，他也爱莫能助。这取决于我们。

因此诀窍就在于别犯错。我们需要过着一种循规蹈矩的生活。我们必须努力这么做。而为了这么做，我们不得不弄清楚神想要我们做什么，不想我们做什么。如果我们不能分辨对错，那么也就无法取悦神，也无法避免得罪他。所以我们必须弄清楚。

要弄清楚其实也不难。我们只需要倾听先知、导师、圣徒和我们的宗教的创始人怎么说就可以了。由于宗教不止一种，宗教的创始人也不止一个，所以我们必须选择正确的一种。假如选错了，我们将会变成失败者。

选择正确的宗教会让我们变得出色，我们因此高人一等，因为真相站在我们这边。有了这种“更为优秀”的身份，我们无需参与竞争也能夺取胜利的果实。我们慢慢习惯了在竞争开始之前便宣布自己为赢家。正是这种心态，促使我们抢占了一切有利地位，制定专属于我们的“生活规则”；而别人要是遵守这些规则，想赢得真正的大奖几乎是不可能的。

我们这么做谈不上卑鄙无耻，只不过是为了保证胜利属于我们——这

是天经地义的啊，毕竟真相掌握在我们的宗教、民族、种族、性别和政党手中，所以我们理应成为赢家。

因为理应获胜，所以为了取得胜利，我们有权利威胁别人，有权利打击别人，甚至在迫不得已的情况下，还有权利杀了他们。

也许人世间有另外一种生活方式，也许神有另外一种更为宏大的真相，但就算有，我们也不知道。其实我们是不是可以去了解这种真相还不一定。说不定我们不应该尝试去了解它，更不应该尝试真正地认识和理解神。尝试这么做显得很自大，而宣布你已经这么做则是对神的亵渎。

神是未知的智者，是不动的动者，是无形的至尊。为了像从前那样拥有不灭的生命，我们必须避开神的惩罚；为了避开神的惩罚，我们必须领受神的爱；为了领受神的爱，我们必须取得一些资格；为了取得这些资格，我们必须认识真相。然而我们却不能去认识。

我们的无知虽然不幸，但却不成问题。我们只需要相信我们自以为知道的，按照我们的文化故事去生活。我们确实这么做了，每个人都依据自己的信念去前进，所以我们创造了目前这种生活，创造了地球上如今这种境况。

绝大多数人就是这么想的。每个人的想法有些细微的差别，但基本上都是按照这种观念去生活，去为你们的选择辩护，去解释各种结果。

你们当中有一些人并不全部接受这套说法，但你们全部人都多少接受了一些。你们认为这些观点是真实的，不是因为它们反映了你们内在的智慧，而是因为别人说过它们是真实的。

从某个层面上来说，你们不得不迫使自己相信它们。

这个叫作以假当真。

然而现在是时候还假为真啦。这不是那么容易做到，因为终极实在和当今世上许多人认可的现实有极大的区别。你们将不得不“入乎其中，超乎其外”。

如果你的日子过得很好，这么做有什么意义呢？没有。那将不会有意义。如果你满意自己的生活，满意当今世界的样子，那么你没有理由改变你的实在，抛弃这套以假当真的观念。

这个消息是说给那些对当今世界不满意的人听的。

现在我们要逐一审视十大幻觉。你们将会看到，每一种幻觉如何促使你们在地球上创造出目前你们所过的这种生活。

你们将会发现，每一种幻觉都建立在前一种幻觉之上。许多幻觉听起来十分相似。那是因为它们确实大同小异。所有的幻觉无非是第一幻觉的变体。它们进一步歪曲了第一个歪理。

你们也将发现，每一种新的幻觉，都是为了解决前一种幻觉中的漏洞而产生的。到了最后，由于厌倦了修补漏洞，你们采取了简单的做法，就是承认你们实在无法理解。最后的幻觉，也就是无知存在的幻觉，因此而出现。

这个幻觉使得你们可以耸耸肩膀，不再尝试去解决谜团。

但人类的意识始终在进化，它绝不允许这种倒退持续太久。所以在短短数千年之内——相对于宇宙的历史来说，数千年确实很短暂——你们已经来到了无知不再是福的境界。

你们将要爬离原始的文化。你们的理解能力将有一次大跃进。你们将要看穿十大幻觉。

[1] 黄檗即黄檗希运，唐代禅宗高僧。撒哈拉（Sahara）具体所指不详。摩诃维拉是古印度思想家。克里希那穆提是现代印度哲学家。

[2] 瑜伽难陀（Yogananda）是现代印度瑜伽大师。拉玛那·马哈希（Ramana Maharshi）是现代印度教圣徒。迦比尔（Kabir）是15世纪印度诗人。释一行是当代越南高僧。伊丽莎白·克林顿可能是指16世纪英国林肯郡女伯爵伊丽莎白·菲兹杰拉德。

[3] 师利·奥罗宾多(Sri Aurobindo)是现代印度哲学家。梅赫巴巴（Meher Baba）是当代印度灵修大师。巴哈欧拉（Baha'u'llah）是19世纪伊朗宗教人士。厄尼斯特·霍尔默斯（Ernest Holmes）是当代美国作家。赛巴巴（Sai Baba）是19世纪印度宗教领袖。

[4] 约瑟夫·史密斯是19世纪美国摩门教领袖。

# 第一部分
# 人类的十大幻觉

# 1.需求的幻觉

第一幻觉是：

需求存在

这不仅是第一个幻觉，也是最大的幻觉。其他幻觉都以这个幻觉为基础。

你目前在生活中经验到的一切，你时时刻刻感受到的一切，无不植根于这个观念，以及你对这个观念的思考。

需求在宇宙中是不存在的。只有需要特定的结果，才会需要某样东西。宇宙无需特定的结果。宇宙就是结果。

同样地，在神的意识中，需求也是不存在的。只有在需要特定结果的时候，神才需要某样东西。神并不需要任何特定结果。一切结果都是神制造出来的。

如果神需要某样东西来制造一个结果，那么神该去哪里找这样东西呢？神之外并没有其他东西存在。神是如今存在的一切，是过去曾有的一切，是未来将有的一切。非神的东西是不存在的。

如果用“生活”来取代“神”，你也许能够更好地明白这个道理。这两个词汇相互替换不会改变原有的意义，只会增进你的理解。

也就是说，不是生活的东西是不存在的。如果生活需要某样东西来制造一个结果，那么生活该去哪里找这样东西呢？生活之外并没有其他东西存在。生活是如今存在的一切，是过去曾有的一切，是未来将有的一切。

除了正在发生的事情，神不需要其他任何事情发生。

除了正在发生的事情，生活不需要其他任何事情发生。

除了正在发生的事情，宇宙不需要其他任何事情发生。

这是事物的本质。事物的本质就是这样，而不是你想象的那样。

你在想象中创造了需求这个概念，是因为你的经验告诉你，你需要各种东西才能生存。然而不妨假定你无需考虑自己的生死。那你还需要

什么呢？

什么也不需要。

假设对你来说，不活着是不可能的。那你还需要什么呢？

什么也不需要。

喏，这里是关于你的真相：对你来说，不活着是不可能的。你不想活着也不行。问题不在于你是否会活着，而在于你会怎样活着。也就是说，你想以什么样的形体活着？你想在生活中经验到什么？

我要告诉你这个道理：你无需任何东西也能活着。你的生存是得到保障的。我给予了你永恒的生命，并且永远不会夺走它。

听完这句话以后，你也许会说，对啊，但活着是一回事，快乐又是一回事。你也许会以为，你需要某些东西才能快乐地活着，以为只有具备了某些条件你才会快乐。这不是真的，但你已经相信这是真的。因为信念产生经验，所以你经验到的生活就是这样的，进而在你的想象中，神经验到的生活也是这样的。然而神的生活不是这样的，你的生活其实也不是这样的。唯一的区别在于，神明白这一点。

当你明白这一点，你将会像神一样。你将会掌握生活的秘密，你的整个实在将会发生变化。

现在我要告诉你一个大秘密：快乐不是作为特定条件的后果被创造出来的，特定条件是作为快乐的后果被创造出来的。

这句话特别重要，所以应该重复一遍。

快乐不是作为特定条件的后果被创造出来的，特定条件是作为快乐的后果被创造出来的。

对其他存在状态而言，情况也是如此。

爱不是作为特定条件的后果被创造出来的，特定条件是作为爱的后果被创造出来的。

同情不是作为特定条件的后果被创造出来的，特定条件是作为同情的后果被创造出来的。

富裕不是作为特定条件的后果被创造出来的，特定条件是作为富裕的

后果被创造出来的。

你可以替换任何你想象得到的存在状态。这种状态先于经验、产生经验的论述始终是正确的。

由于不明白这个道理，你总是以为只有特定的事情发生了你才会快乐；而且在你的想象中，神也是这样的。

然而神是第一动因，天地间有哪件事的发生不是神最先引起的呢？如果神是全能的，又有哪件事能够不经过神的同意而发生呢？

难道有什么事情的发生是神无法阻止的吗？假如神选择了不去阻止，那么发生本身不也是神选择的吗？

当然是的。

然而神为什么要选择一些会让神不快乐的事呢？答案是一个你无法接受的答案。

没有任何事情会让神不快乐。

你无法相信这句话，因为那需要你相信神既没有需求也不做审判，而你无法想象一个这样的神。你无法想象一个这样的神，原因在于你无法想象一个这样的人。你不相信你能够以那种方式活着——你无法想象一个比你更了不起的神。

等认识到你能够以那种方式活着之后，你将会明白关于神的一切。

你将会明白，你的第二个判断是正确的。神确实没有比你更了不起。那怎么可能呢？因为神就是你，你就是神。然而你比你自己以为的更加了不起。

大师明白这个道理。现在你们的星球上就有许多明白这个道理的大师。这些大师来自不同的传统、宗教和文化，然而他们拥有一个共同点。

没有任何事情会让大师不快乐。

早些年，人类的文化处在原始的初级阶段，绝大多数人没有达到这种大师境界。他们仅有的欲望是避免不快乐或者痛苦。他们的思想境界太低，不懂痛苦未必会带来不快乐，所以他们在生活中采取了一种可以称之为“快感原则”的特殊策略。他们趋向能够带来快感的东西，同

时避开剥夺快感（或者带来痛苦）的事物。

第一个幻觉，也就是那种认为需求存在的观念，便因此而生。这其实可以被称为第一个错误。

需求并不存在。它是虚构出来的。在实在的领域，你无需任何东西才能感到快乐。快乐是一种精神状态。

早期的人类无法领悟这个道理。由于感觉到自己需要某些东西才能快乐，他们认为生活中的一切皆是如此。他们同时也假定，生活中有一部分是更强大的力量——后世的人们将这种力量拟人化了，并为其取了各种各样的名字，其中包括安拉、雅威 [1] 、耶和华与神。

对早期的人类来说，想象一种比他们自己更强大的力量并不难。实际上，他们需要这么想。因为他们需要解释那些不受他们控制的事物。

错误不在于假定神这样的东西（也就是太极的力量和能量的总和）是存在的，而在于假定这种完全的力量和圆满的能量竟然需要某些东西，在于假定神的快乐和满足、圆满和自在依赖于某些东西或者某些人。

这就像说圆满是欠缺的，它需要某样东西才能变得圆满。这是自相矛盾的说法——但他们并没有看到这一点。现在仍有许多人没有看到这一点。

由于人们创造了这么一位具备依赖性的神，在他们编织的文化故事里，神有一个计划。换句话说，有些事是神想要和需要它们发生的，而且它们必须以某些方式发生，然后神才会快乐。

人类已经将这个文化故事简化成一个意义确凿的迷思：天意不可违。

由于认为我确实有某种意愿，你们于是强迫自己努力去弄清楚我的意愿到底是什么。但你们很快发现，在这方面，你们人类无法取得一致的意见。既然不是每个人都知道或者认可神的意愿是什么，那么自然不是每个人都能够按照神的意愿去行事。

你们当中一些聪明人曾用这个说法来解释为什么有些人的生活过得比其他人好。但这样一来，你们不得不面临一个新的问题：如果神真的是神，那么神的意愿怎么可能得不到实现呢？

很明显，第一幻觉无法自圆其说。这本应让你们明白需求存在的观念是错误的。但人类内心深处知道，他们不能放弃这个幻觉，否则有些

非常重要的东西将会终结。

他们是正确的。可惜他们犯了一个错误。第一幻觉其实是一种服务于特定目标的手段，他们非但没有看穿这个幻觉，利用它来实现目标，反而认为能够纠正它的纰漏。

因而，正是为了弥补第一幻觉的纰漏，他们又创造了第二幻觉。

[1] 雅威（Yahweh）是犹太教最高神灵的名字。

## 2.失败的幻觉

第二幻觉是：

失败存在。

那种认为神的意愿（姑且假定神有意愿）无法得以实现的观念，有悖于你们关于神的一切认知，比如说神是全知全能的，神是至尊，是造物主；但你们仍然热切地拥抱了那种观念。

这催生了一种极其不可能然而非常强大的幻觉：神也会失败。神会渴望某样东西却得不到。神会有某种希望却落得一场空。神会有某种需求却得不到满足。

总而言之，神的意愿是可以被阻挠的。

这个幻觉是很离谱的，因为就连悟性低下的人类也能发现其矛盾之处。然而你们人类的想象力实在是太过丰富，会轻易相信一些绝不可信的事情。你们非但想象出一个有需求的神，还想象出一个无法让其需求得到满足的神。

你们是怎么做到这一点的呢？还是通过心理投射。你们把自己投射给神。

你们又一次根据自己的经验，来推断神应该具有什么样的能力和品格。你们以为你们需要某些东西才会快乐，却发现自己无法得到所有的这些东西，于是你们宣称，神也是这样。

以这个幻觉为基础，你们杜撰了一个文化故事，这个故事认为生活的结果并不确定。

生活中，你们也许一帆风顺，也许屡经挫折；也许称心如意，也许大失所望。生活的结局也许皆大欢喜，也许留有缺憾。

由于怀疑神无法满足其需求（姑且假定我有需求），你们第一次感到害怕。

在杜撰出这个认为神无法如愿以偿的故事之前，你们从未害怕过。没有什么好怕的。神掌管一切，神是全能的，能够创造所有的奇迹和所有的光荣，所以这个世界很美好，又有什么好担心的呢？

但后来你们开始认为神会想要某样东西，实际上却又得不到。神想要他所有孩子都回到他身边，回到天堂，但他的孩子却通过他们自身的行为阻止了这一切发生。

然而这个想法也很离谱，人类再次发现了内中的矛盾。既然造物主和他的造物其实是一体，那么后者如何能够忤逆前者呢？既然制造后果者和经验后果者是相同的，那么生活的结果怎么可能是不确定的呢？

很明显，第二幻觉无法自圆其说。这本应让你们明白失败存在的观念是错误的。但人类内心深处知道，他们不能放弃这个幻觉，否则有些非常重要的东西将会终结。

他们又是正确的。但可惜他们又犯了一个错误。第二幻觉其实是一种服务于特定目标的手段，他们非但没有看穿这个幻觉，利用它来实现目标，反而认为能够纠正它的纰漏。

因而，正是为了弥补第二幻觉的纰漏，他们又创造了第三幻觉。

## 3.分离的幻觉

第三幻觉是：

分离存在。

要解决第二幻觉引起的混乱，唯一的办法是创造第三幻觉：造物主和他的造物并非一体。

这需要人类设想一种绝不可能的情况：宇宙间本是一体的万事万物并非一体，本是紧密相连的万事万物竟然相互分离。

这便是分离的幻觉——那种认为分离存在的观念。

你们人类是这么推理的：如果造物和造物主分离，如果造物主允许其造物为所欲为，那么造物很有可能做出一些造物主不希望他们去做的事情。在这种情况下，造物主的意愿便会得到阻挠。神便会想要某样东西却又得不到。

分离产生了失败的可能性，而失败只有需求存在时才可能出现。这些幻觉是相互依赖的。

前三个幻觉是最关键的。这些幻觉特别重要，构成了其他幻觉的基础，所以人类杜撰了许多文化故事来解释它们，确保它们常常得到清楚的解释。

人类每一种文化各有其独特的故事，但它们有一些基本的共同点，只不过是各自阐发的方式不同而已。这些故事中最有名的一个是亚当和夏娃的传说。

据说亚当和夏娃是神创造的第一个男人和第一个女人，他们幸福地生活在伊甸园——也就是天堂里。他们是长生不老的，和神圣领域融为一体。

神赐给他们这种美好的生活，对他们只有一个要求。神吩咐他们，不要去吃知善恶树的果实。

根据这个传说，夏娃终究还是吃了果实。她违背了命令。但这并非全是她的错。她受到毒蛇的引诱；在现实生活中，你们管这条毒蛇叫作撒旦或者魔鬼。

那么这个魔鬼是谁呢？有一个故事说，魔鬼原本是天使，但后来变坏了；他是神的造物，却妄想变得和造物主一样伟大。故事说，这是十恶不赦的罪行，是对神最大的亵渎。所有造物都应该尊敬造物主，永远不能追求像造物主一样伟大，或者比造物主更加伟大。

在这个特殊的主流文化故事中，你们抛弃了惯常的做法，给我分配了一些你们人类所不具备的属性。

你们人类其实想要子息和自己一样伟大，甚至比自己更加伟大。对于所有心理健康的父母来说，最大的快乐莫过于看到子女达到和跨越自己的社会地位，取得超过自己的成就。

但据说对神而言，这是极大的不敬和冒犯。撒旦，那个堕落的天使，因此遭到抛弃，别的天使和他划清界限，避之唯恐不及，甚至还诅咒他，于是终极实在领域突然出现了两种力量：神和撒旦，以及两个分别由他们掌管的地方：天堂和地狱。

这个故事进一步阐发说，撒旦的欲望是引诱人类违背神的意愿。神和撒旦为了赢取人类的灵魂而竞争。好玩的是，在这种竞争中，神居然会输。

所有这些证明了我归根到底不是无所不能的神……或者我确实无所不能，但不能使用自己的能力，因为我想给撒旦公平的机会。又或者说，其实我不是想给撒旦公平的机会，而是想给人类自由的意志。但如果你们行使自由意志的方式没有经过我的批准，我就会把你们交给撒旦，他将会永远地折磨你们。

类似的故事慢慢演变成你们星球上各种宗教的信条。

在亚当和夏娃的故事里，许多人相信我因为夏娃吃了禁果而惩罚第一个男人和第一个女人，将他们驱逐出伊甸园。而且你们居然相信，我还惩罚自那以后在地球上生活过的每一个人，让他们背负着最早两个人的罪，宣判他们也要一辈子和我分离。

通过这个和其他同样离奇的故事，前三大幻觉世代流传，给人们——尤其是儿童——留下了久久难忘的印象。这些故事成功地将恐惧灌输进儿童的心灵，一代又一代的儿童遭到它们的荼毒。于是人类的心智深深地嵌入了这三大幻觉：

1.神有一些待办事项。（需求存在）

2.生活的后果是不确定的。（失败存在）

3.你和神是分开的。（分离存在）

虽然需求和失败存在的观念对其他幻觉而言至关重要，但对人类事务产生最大影响的却是分离存在的观念。

直到今天，人类仍然受到第三幻觉的影响。

如果你认为第三幻觉是真实的，那么你将会拥有一种生活经验。

如果你认为它不是真实的，而是虚幻的，那么你将会拥有另外一种。

这两种经验是截然不同的。

当前，你们星球上几乎每个人都认为分离的幻觉是真实的。因此，人们觉得自己与神是分离的，人与人之间也是分离的。

由于拥有这种与我分离的感觉，人们很难和我建立起任何有意义的关系。他们要么误解我，要么害怕我，要么哀求我的帮助，要么彻底否定我。

这么做的人白白浪费了一个利用宇宙最强大力量的良机。他们因此过着他们以为自己无法控制的生活，陷入他们觉得自己无力改变的处境，不停地制造出各种他们相信自己无从逃避的经验和后果。

他们生活在无言的绝望中，把痛苦供奉起来，简直甘之如饴，自以为这种沉默的勇敢将为他们赢取进入天堂的门票，而天堂里有奖赏等着他们。

遭受苦难而不抱怨确实对灵魂有好处，但不是因为这么做能够保证一个人可以上天堂，而是因为这么做能够增进一个人的勇气，况且抱怨会导致别人难受，总归是不好的。

所以大师从不抱怨，并因而减轻了外界和内心的痛苦。然而大师从不抱怨，不是因为他想要减轻痛苦，而是因为在他看来，痛苦不是苦难，只是痛苦而已。

痛苦是一种经验。苦难是对这种经验的判断。许多人判定他们正在经验的痛苦是不好的，不应该出现。然而你对痛苦的接受程度越高，你在生活中便能把苦难消灭得越干净。大师正是因为领悟了这个道理，才能够克服所有的苦难，尽管他们未必能避免所有的痛苦。

即便尚未达到大师境界的人，也曾经验过痛苦和苦难的区别。比如说

把疼得厉害的牙齿拔掉。拔牙是很疼的，但那是一种非常受欢迎的痛苦。

与我分离的感觉导致人类无法为了结束苦难或者其他任何目的而利用我，召唤我，与我为友，彻底拥有我全部的创造和疗愈的能力。

而彼此分离的感觉则促使人类对别人做出许多他们不会对自己做的事情。他们不懂得怎样对待别人，其实等于不懂得怎样对待自己，所以无论是在个人的日常生活中，还是在这个星球的政治中，反复地制造出各种不受欢迎的后果。

一直以来有人说，自从有文字记录到现在，人类面临着的始终是相同的一些问题。这种说法是正确的，就是把时间说得太短了，其实一直以来都是如此。贪婪、暴力、嫉妒，以及其他各种你们认为对谁都没有好处的行为，仍然在许多人身上有所体现，不过现在这种人为数不多。这是你们正在进化的标志。

然而对这些行为，你们的社会不是努力去改变，而是努力去惩罚。你们以为经过惩罚，这些行为可以得到纠正。有些人仍然不明白，在纠正催生和激发不良行为的社会环境之前，其实他们什么也纠正不了。

这已经得到客观分析的证明，然而许多人忽略了证据，继续尝试用催生社会问题的能量来解决社会问题。他们想要用杀戮来制止杀戮，用暴力来终结暴力，用愤怒来平息愤怒。他们自以为理直气壮，殊不知这么做其实荒谬至极。

任何人只要识破前三个幻象，便不会再否认所有生命是一体，也不会再想要毁灭你们星球上的一切生命。

可惜许多人仍然认为他们自己和其他人、其他生命是分离的，和神也是分离的。他们发现他们正在自我毁灭，然而却宣称不知道那是怎么回事。他们说，那肯定不是他们个人的行为造成的。他们无法明白个人决定和选择对整个世界的影响。

许多人都是这么想的，如果你希望改变他们的观念，那么作为真正理解因果律的人，你应该亲自去改变他们。因为你的同类为了星期天有报纸看，不惜每周砍掉几十万棵树，并认为这对整个世界毫无影响。

他们为了延续自己的生活方式，不惜用各种各样的杂质来污染空气，并认为这对整个世界没有负面影响。

他们宁可使用石油也不愿使用太阳能，并认为这对整个世界没有负面

影响。

他们要么吸烟，要么每餐必吃红肉，要么酗酒，并认为这对整个世界没有负面影响，你要是告诉他们其实有影响，他们还嫌你烦。

他们说这么做没有任何负面影响，而且很烦人们把真相说给他们听。

他们告诉自己，个人行为对整个世界的影响微乎其微，不可能导致整个世界崩溃。如果世间一切并非相互分离，那么这种情况将会出现，因为那样的话，个人所做的就等于是整个世界所做的。但这种假设很愚蠢。第三幻觉是真实的，我们确实彼此分离。

尽管如此，尽管有些人认为他们和其他人、和生活中的一切是分离的，但他们各自的行为却对生活本身产生了实实在在的影响。现在，人类已经摆脱原始的文化思维，踏进了更为先进的社会发展阶段，越来越多的人终于渐渐明白这个道理。

这是因为你和其他像你一样的人做出了贡献。你们提高了声音。你们发出了警报。你们参与了彼此唤醒的行动，虽然参与的方式各有不同，有些人是默默地独自参与，有些人是通过集体组织参与。

过去这些年来，你们唤醒的人不算太多。所以许多人仍然深深地生活在幻觉中，并感到困惑万分。为什么彼此分离会引发问题？为什么除了那种我为人人、人人为我的公社生活之外，其他一切生活方式都会引发许多麻烦？

人们开始发出这些疑问。

很明显，第三幻觉无法自圆其说。这本应让你们明白分离的观念是错误的。但人类内心深处知道，他们不能放弃这个幻觉，否则有些非常重要的东西将会终结。

他们又是正确的。但可惜他们又犯了一个错误。第三幻觉其实是一种服务于特定目标的手段，他们非但没有看穿这个幻觉，利用它来实现目标，反而认为能够纠正它的纰漏。

正是为了弥补第三幻觉的纰漏，他们又创造了第四幻觉。

# 4.匮乏的幻觉

第四幻觉是：

匮乏存在

它来自第三幻觉，因为如果没有分离的观念，匮乏的观念是站不住脚的。假如宇宙间万物皆为一体，而一体即是万物，那么匮乏当然是不存在的，因为一体便是一切，因而：

它本身是自足的。

这句话陈述了神的本质。

然而，这却不是人类的经验，因为人类以为自己和神是分离的，他们彼此之间也是分离的。可是没有谁与神分离，因为神是世间一切。所以人类之间并非也不可能彼此分离。

这句话陈述了人类的本质。

但据此而认为分离的观念很糟糕、无益于你们的目标也并不准确。其实分离的观念是极好的，这种观念允许整体明白它是自身各个部分的总和，甚至比各个部分加起来还要大。这个幻觉对你们来说极其有用，前提是你们要把它当作一种创造经验的工具。

如果忘记分离只是一种幻觉，你们就会以为它是事物的真实状态。于是幻觉不再创造经验，而是变成了经验。

这就像人们有时候为了引起别人注意而假装愤怒，结果却真的变得愤怒；或者为了让某个人嫉妒而假装对别人感兴趣，结果那种虚幻的兴趣却变得特别真实……

于是工具变成了经验。

在这个过程当中，你们渐渐相信你们是孤立的，渐渐相信你们称之为宇宙的统一场里存在着分离。

我前面说过第三幻觉是最强大的幻觉，事实上的确如此。它对你们的日常经验造成了极大影响。其中最重要的影响是，由于相信分离存在，你们产生了“不够”的观念。

从前宇宙间唯有太一，你们知道你们便是一体，所以从未有过不够的问题。你们一直处在足够的状态中。但后来，你们决定宇宙间不止太一，正是从那时候开始，也只有从那时候开始，其他东西开始显得不够。

这种你们以为实际上存在的“其他东西”，便是生活的材料。然而你们就是生活，而生活其实就是神本身。

但只要自以为与神分离，你们就会幻想自己是某种有别于神、有别于生活本身的东西。你们也许认为自己各有特殊的人生，但从不敢想象自己就是生活本身。

这种自身与自身的分离便是你们所谓伊甸园的放逐。原本你们是长生不老的，但突然间有了死亡。原本一切都是丰足的，但突然间有了匮乏。

生活的各个组成部分突然间开始为了生存本身而相互竞争。这在终极实在领域是绝对不可能的，然而在你们的想象中却有可能。你们不但幻想自己与其他人竞争，甚至还幻想自己与飞鸟、蜜蜂和一切活着的生命竞争。

你们创造出一个噩梦，在这个噩梦里，一切滋养你们生命的东西，反倒变成了限制你们生命的东西。因此，你们竟然想要控制那些滋养你们的东西。

你们听说人类应该拥有领地，却误以为拥有领地意味着可以主宰一切。于是你们发动了一场针对大自然和自然法则的战争。

其实你们早已享有你们正在追求的东西，也就是永恒的、无限的、与万物紧密相连的生命，可惜你们并不记得这一点。所以你们想控制生活中的一切，以便拥有更丰裕的人生。你们甚至不明白自己正在做什么。

求生变成了仅有的共同目标。每个人都想要生存，想要那些滋养生命的东西。由于认为世界上的人不只你们自己，你们害怕不是每个人都能分配到足够的生命。

出于这种害怕，你们制造了又一个虚幻的实在：死亡。

以前你们认为永恒的生命（在想象出分离的状态之前，你们从未想过自己有一天会不存在），现在似乎有了起点和终点。

这是匮乏的幻觉发挥到最为淋漓尽致时的效果。

你们对生命开始和结束的经验，其实无非是你们认为自己“孤立”这种观念的肇发和化解。在意识的层次上，你们也许不懂这个道理。但在更高的层次上，这个道理一直是明晰的。

正是在这种更高的层次上，你们想要终结分离的经验，想要提醒你们自己，这只是一个你们亲自创造的幻觉。

虽然我已经对你们说过许多次，但现在不妨再来讨论你们为什么要创造它。

你们创造出分离的幻觉，是为了经验太一的实在。唯有处于那种实在之外，你们才能经验到它。当你们是整体的一部分，你们无法经验到自己是整体，因为别的东西并不存在。如果并不存在非你，那么你也不是你。

没有冷，便没有热。没有高，便没有矮。如果一切都是矮的，那么就没有什么东西是矮的，因为“矮”并不作为某种可以被认识的东西而存在。它可以作为概念而存在，但却不是一种你们能够直接经验的概念。它可以是一种观念，却不会是你们经验到的实在。

同样地，没有分离，便没有统一。

假如一切东西都被经验为统一的，那么没有任何东西能够被经验为统一的，因为“统一”并不作为明确的经验而存在。它并非某种可以得到认识的东西。它可以作为概念而存在，但却不是一种你们能够直接经验的概念。它可以是一种观念，却不会是你们经验到的实在。

在这样的背景中，你们无法认识到你们的真实身份。

可是呢，我们特别想认识我们的真实身份。因此，我们必须先创造出非我们的经验。由于我们在终极实在无法创造出这样的经验，所以只能通过幻觉来创造它。

通过这种方式，我们可以享受终极实在，并认识它。通过这种方式，我们可以经验到我们的真实身份。

那即是世间万物。

那即是独一无二。

我们即是集体，是单一实在的多种形态——化作多种形态之后，我们才能够认识和经验单一实在的辉煌。

这是对相对性的功能的简单解释，我已经在这尚未结束的对话中跟你们说过许多回。这里重复一遍，是为了让你们彻底理解它，以便你们能够从梦中醒来。

直到你们梦醒之前，与生命分离的幻觉将会创造出一种想象出来的生存需求。在分离之前，你们从未怀疑自己能否生存下去。唯独在你们离开我、认为你们与万物分离的时候，生命本身才开始显得“不够”。于是你们慢慢觉得有必要为生存做些什么——也就是拥有更多的生命。

这变成了你们的首要目标，你们的新本能。你们甚至开始认为，和别人结合的理由是保障整个人类的生存。你们忘记了这个事实：促使你们结合在一起的，是唯一真实的本能，也就是爱。

你们将这种新的本能称为生存本能，根本原因在于你们认为自己也许活不下去。这种观念是错误的，因为我早已保证你们的生存是永远的，甚至比永远还要远。然而你们并不记得这一点，所以认为既然有这么多的生命为了活着相互竞争，生命一定是不够的。

真的，你们就是这样看待生活的。你们幻想自己和其他所有“活着的东西”为了生活本身相互竞争。你们甚至为了得到更多的自己而和自己竞争。你们关于匮乏存在的信念导致你们得出神也不够的结论。

除了认为生命不够长（也就是那种终有一死的信念），生活的资源不够多（也就是那种资源匮乏的信念），你们甚至还认为造物主不够博爱（也就是那种神的心胸很狭隘的信念）。

因为所有这些东西都有局限，为了得到它们，你们必须相互竞争。由于这种观念，你们正在破坏这个星球，毁灭你们自己。

你们甚至为了赢取神的眷顾（你们称之为宗教）而自相残杀。一直以来，你们为了赢取神的眷顾而自相残杀，有时候甚至试图彻底灭绝某些文明。

你们不会承认你们正在做这些事情，因为那意味着你们必须承认，你们的人生观、世界观，特别是你们关于神的看法，很可能是有问题的；这你们万万做不到。

假如你们认为世间万物均已足够，那么你们将不再相互残杀，不再为

了争夺资源而发动战争，不再为了神而争吵不休。

但实际上是不够的。这一点你们很清楚。

不过，如果匮乏存在，一个人如何得到满足呢？如果没有杀戮和争吵，生存如何得到保障呢？

很明显，第四幻觉无法自圆其说。这本应让你们明白匮乏的观念是错误的。但人类内心深处知道，他们不能放弃这个幻觉，否则有些非常重要的东西将会终结。

他们又是正确的。但可惜他们又犯了一个错误。第四幻觉其实是一种服务于特定目标的手段，他们非但没有看穿这个幻觉，利用它来实现目标，反而认为能够纠正它的纰漏。

正是为了弥补第四幻觉的纰漏，他们又创造了第五幻觉。

## 5.资格的幻觉

第五幻觉是：

资格存在

匮乏存在的观念迅速地、不可避免地导向下一个幻觉。

假如万物均已足够，那么你们什么也不用做便能得到你们想要或者需要的东西。你们只要去拿就可以了，反正它就在那里。可惜人类认为现实并非如此。他们说，一切都不够。所以现在他们面临着这个问题：要怎样才能得到足够的东西？需要什么资格？

你们以为必须先完成某些事情，才能得到和无可争议地占有那些不够多的东西。这是你们唯一想到的无需杀戮和争吵也能更多地占有每样东西——包括神——的方法。

你们认为这就是资格。

你们告诉自己，无论想要得到的是什么，反正必须先取得一定的资格。时至今日，人们仍然坚定地相信这个观点。甚至比以前更加坚信。你们相信只要完成一些必须做的事情，你们就能得到想要的东西。

如果你们想要快乐，想要安全感，想要被爱，那么你们需要先完成许多事情。这些东西呢，你们要得到足够多，才算拥有了它们。而要得到足够多，你们必须先完成一些事情，也就是说，必须满足一些资格条件。

这就是你们所相信的观点；由于信奉这种观点，在你们的宇宙观里，做事被你们捧到了至高无上的地位。

甚至连神都说，你们必须做到一些事情，才能进入天堂。

这就是你们编出来的理论。

这就是资格论。

现在要提醒你们的是，这一切的基础是第三幻觉，也就是那种认为你们与万物分离的观念。从前宇宙间唯有作为一体的你们，一切总是足

够的，所以你们什么也不用做，便能得到所有东西。

至于分离的观念，它的基础是第二幻觉，也就是那种认为失败存在的观点。因为神无法成功得到他想要的，所以他让所有人类和他分离。

而失败又以第一幻觉——也就是需求存在的幻觉——为基础。如果神并没有什么想要的，那么他不可能成功得到他想要的东西；如果神毫无需求，那么他什么也不想要。

实际上，幻觉只有一个，其他所有幻觉都是它的变体。其他幻觉都是第一幻觉的拓展，只不过相互间有着细微的差别。

因而，资格的幻觉无非是需求的幻觉的一种变体。同样地，匮乏的幻觉是另外一种需求的幻觉，失败的幻觉，以及人类的一切幻觉，亦莫不如此。

在逐一探讨各种幻觉的过程中，你将会清楚地发现，每一种幻觉都是从前面的幻觉孳生出来的。那就像看着气球慢慢被吹起来。

你们宣称唯有满足一定的资格条件，才能获取一切不足够的东西，其中包括神的爱。历史已经证明这个宣言是人类做过最重大的决定之一。它促成了无数规则条例、规矩程序、神的禁令和人的法律，你们以为这些对生活来说是必不可少的。

下面是一些你们认为要在地球过上好日子必须做到的事情：

做一个乖孩子。

不要回嘴。

考到高分，去大学念书。

拿到学位，找一份工作。

结婚生子。

做个好父亲或者好母亲，为孩子提供优越的条件。

凡事淡然处之。

按照吩咐去做。

别做坏事，至少做了坏事别被人发现。

拥护领导。

别问太多问题，别问任何错误的问题。

讨取每个人的欢心。

宁可自己不爽，也要让别人高兴。

别强迫任何人，特别是当你老了以后。

下面是一些你们认为要取悦神和进入天堂必须做到的事情：

别做任何坏事，别存有不被发现的侥幸心理，因为你一定会被发现。

如果你确实做了坏事，那么乞求神的原谅，并保证以后永远不再做。

当一个乖孩子。

不要自己玩自己。

也不要和任何人玩。特别是不能那样玩……

其实最好彻底不要玩。要明白各种身体快感不但会让你分心，让你忘了你来地球真正要做的事，它们还是亵渎神的罪行。

如果你非得到快感不可，那么也不要去享受它们。

不要享受金钱。

不要享受名望。

不要享受性。

千万不要享受性。

永远不要出现婚外性行为，不要和超过一个人发生“那种关系”。

如果你非要出于繁衍后代之外的理由做爱，那么你要感到不好意思，千万别肆无忌惮地去享受。

做自己特别喜欢的事情不能赚钱，如果你赚了很多钱，最好大部分都捐掉。

要信对神。

如果你想上天堂，千万别信错神。

你们要为自己生来不完美而哀求神的原谅和怜悯，求他帮忙满足一些能让你们再次被爱的条件。

人类还有许多别的信念。上面列出来的这些只是少数几个例子。这就是你们必须做到的事情。这就是你们要具备的资格，理解它对你们来说是很有益的。

这资格是谁设定的呢？是谁提出来的呢？

你们说是我。

你们宣称这出自神的手笔。由于没有足够的神可供分配，为了标榜自己在与同类的竞争中胜出，你们只好宣布我是属于你们的。

于是你们宣称你们的国家蒙受神的恩宠，你们是神的选民，你们的信仰是真正的信仰。

你们宣布我属于你们，不惜辅以残暴野蛮的手段，因为你们认为，只要独占了我，你们便能打着神的旗号，去霸占一切你们想要的东西。

过去许多个世纪以来，你们一直在这么做，挥舞着《圣经》，高举着十字架和各种旗帜，理直气壮地夺取各种紧缺的东西，而且为此使尽一切手段——包括杀戮。你们甚至离谱到管这个叫作圣战，试图在别人的身体上划出伤口的同时，去弥合你们灵魂里的伤口。

你们打着神的旗号，做出了各种最亵渎神的行径，这全都是由于你们误以为我要求你们在具备某种资格以后，才能得到我，得到我的爱，得到生活中的一切。

只要认为有的事情是你们一定要完成的，你们就会想方设法弄清楚那是什么事情，然后再想方设法去完成它。

于是成绩将会变成你们的神。其实它已经是了。然而，如果做正确的事情能够带给你们快乐，让你们能够回到神的身边，那么当你们努力去做那些事情的时候，你们为什么感到特别不快乐，似乎离神越来越

远呢？

也许更为重要的问题是，该如何确定这一切是否值得呢？该用什么样的标准、什么样的体系来判断是否具备了资格呢？

这是你们所想不通的。这是人类开始产生的疑问。

很明显，第五幻觉无法自圆其说。这本应让你们明白资格的观念是错误的。但人类内心深处知道，他们不能放弃这个幻觉，否则有些非常重要的东西将会终结。

他们又是正确的。但可惜他们又犯了一个错误。第五幻觉其实是一种服务于特定目标的手段，他们非但没有看穿这个幻觉，利用它来实现目标，反而认为能够纠正它的纰漏。

正是为了弥补第五幻觉的纰漏，他们又创造了第六幻觉。

# 6.审判的幻觉

第六幻觉是：

审判存在

你们认为，若要获得不足够的东西（包括神），你们必须先完成某些事情；这种观点导致你们不得不回答一些难题：怎样判断一个人是否具备了资格呢？缺乏资格将会引发什么后果？

为了回答这些问题，你们创造了审判的幻觉。

你们推测肯定有一位终极裁决者。由于资格是造物主设置的，那么造物主理应是评判谁具备资格、谁不具备资格的裁决者。

长久以来，人类一直认为，你们必须做一些事情才能取悦神，无法取悦神将会招致悲惨的结局。其实你们得出这样的结论是可以理解的。你们环视四周，发现有些人过得很好，有些人过得很差。于是原始的头脑问：为什么？原始的头脑想到了一个原始的答案：

那是因为得到神宠爱的人运气比较好。我们必须让神满意，然后神将会做出审判。

基于这种观念，你们设计出各类祭品和仪式，用来讨好挑剔易怒的神。

在人类历史初始阶段，你们的匮乏感特别强烈，乃至于认为神与神之间也存在着相互竞争的关系。要讨好的神实在是太多了，你们常常弄不清楚究竟要怎么做才能让每个神都高兴。

在你们看来，地球上所有的灾难，比如说冰雹、飓风、干旱和饥荒，以及个人遭遇的种种不幸，无不意味着神感到生气，或者表明神与神之间发生了战争。

要不然还能怎么解释呢？

这些观念是在古代出现的，过去几千年来不断得到改编和提炼。现在大多数人已经不相信有许许多多暴躁易怒的神等着人们去讨好。现在大多数人相信，他们只需要讨好一个暴躁易怒的神。

虽然你们人类似乎有所进步，早已摈弃一些落后的观念，不再相信那种“你给我等着”的神，但在你们星球的神学里面，这些观念仍然占据了显要位置。

这种认为神睚眦必报的理论在你们的社会从未失去市场。你们用各类天灾人祸来证明它是有效的。甚至不久以前，艾滋病开始蔓延，许多人——包括一些宗教领袖——仍然宣称这种疾病是神对为非作歹的人类的惩罚。

一方面，绝大多数人依旧认为，我设定了一个资格，他们必须取得资格，才能在地球和天国获得奖励。他们依旧相信存在着一套审判标准，用来衡量谁取得资格，而谁又没取得。

另一方面，有些神学直截了当地声明，没有人能取得资格，哪怕再努力也不行。哪怕他们在生活中表现完美，从不犯错，毫无过失。这种理论宣称，这是因为每个人生来都是不完美的（有些宗教把这称为原罪），降临人世之前灵魂便已有了污点。

要清除这个污点，人们无论做什么都没用，即便真正的忏悔也不行，只能寄望于神的恩典。这些神学认为，人们只有以某种非常特殊的方式接近神，神才会赐予这种恩典。

这类理论宣称，我是一个非常特别的神，绝对不肯将天堂的欢乐赐给任何不照我说的去做的人。

据说我在这方面非常顽固，一个人能否上天堂，真的和他是不是好人毫无关系，和他是否悲悯、慷慨或者善良毫无关系，和他犯错之后多么内疚、做了多少补救措施也毫无关系。实际上，哪怕他们为改善人类生活做出了前所未见的贡献，也不见得能上天堂。如果他们不是通过正确的道路来找我，没有说出正确的话，没有信奉正确的宗教，那么他们便没有资格坐在全能的天父身边。

你们凡事要求正确，自以为这就是所谓的正义。

由于相信神通过这种方式将他自己隔离于全人类，许多人也以同样的方式将他们自己隔离于其他人。

于是人类借鉴了神的做法（既然这么做对我有好处，对你们自然也有好处），给彼此抹上了天生的“污点”。正如我早已指出的，他们抹黑那些属于“错误的”性别、肤色或宗教的人。那些属于“错误的”民族、地区、党派、性取向的人也遭到抹黑，反正一切他们认为“有错”的群

体都逃不过这样的下场。其实人类这么做，是在饰演神的角色。

你们说，没错，正是神让你们学会这样预先审判别人的；因为第一个给你们灵魂涂上不完美污点的正是神，而预先审判你们、不给你们任何机会证明自己的也正是神。

预先审判别人，其实就是对别人怀有先入为主之见，这么做肯定没问题，因为既然神可以这么做，人类为什么不可以呢？

而我为什么要宣布你们所有人生而不完美呢？那种神学理论是这样解释的：我这么做，是因为最早的人类很糟糕。

所以现在我们可以看到，你们又回到了前三个幻觉，用它们来替第四、第五和第六幻觉辩解。事实就是这样，每个幻觉催生下一个幻觉，而每个新的幻觉又证明了前面的幻觉。

根据你们的文化故事，亚当和夏娃犯罪以后，便被逐出了天堂，丧失了幸福和长生不老的寿命——你们也自此变成终有一死的凡人。这是因为我施加给他们的刑罚，不仅是短促潦倒的生活，还有终究难逃的一死（第四幻觉）；而这些，他们在行差踏错之前，是从未经验过的。

你们星球上曾有和现有的其他文化故事及神学理论没有倡导亚当和夏娃的传说，而是杜撰出各种特殊的说法，试图证明资格确实存在。它们大多数认可这一点：在神眼里，人类是不完美的；要达到完美的境界，他们必须先完成某些事情——诸如斋戒、获救、顿悟之类。

由于认为人类是不完美的，并相信是神给了你们这个特征，所以你们理直气壮地把它送给了别人。与此同时，你们又希望别人身上具备另一种特征，据说那种特征是我希望从你们身上看到的：完美。

于是在生活当中，你们一方面认为人类是不完美的，一方面又要求人类是完美的。

首先，你们就是这样对待自己的。这是你们最早犯下的、代价往往最昂贵的过失。

然后你们还这样对待别人。这是你们的第二个错误。

你们使得无论别人还是自己，永远不可能真正地具备所谓神要求的资格。

父母要求不完美的子女完美，子女要求不完美的父母完美。

公民要求不完美的政府完美，政府要求不完美的公民完美。

教会要求不完美的信徒完美，信徒要求不完美的教会完美。

邻里、种族和国家之间也都要求对方是完美的。

你们已经把审判的幻觉当成现实；所以你们宣称，既然神审判你们，你们当然有权利审判别人。你们确实一直在审判别人。

你们的世界急于审判，尤其急于审判那些得到奖励（包括名气、权力和成功）的人；这些人必须是完美的，要是被发现哪怕有最轻微的缺陷，你们的世界就会大肆予以谴责。

你们特别热衷于这么做，所以在当今时代，没有人能够变成领袖、英雄或偶像，而这些恰恰是你们的社会所需要的。

你们已经作茧自缚，深陷在你们彼此强加给对方的审判和你们认为神强加给你们的审判当中无法自拔。

然而，为什么有时候别人如实说出关于你们的看法，你们会感到浑身不自在呢？实话实说真的是审判吗？难道它就不能只是一种评价吗？如果有人无法取得资格，那又如何？那有什么后果吗？

人类开始产生这些疑问。

很明显，第六幻觉无法自圆其说。这本应让你们明白审判的观念是错误的。但人类内心深处知道，他们不能放弃这个幻觉，否则有些非常重要的东西将会终结。

他们又是正确的。但可惜他们又犯了一个错误。第六幻觉其实是一种服务于特定目标的手段，他们非但没有看穿这个幻觉，利用它来实现目标，反而认为能够纠正它的纰漏。

正是为了弥补第六幻觉的纰漏，他们又创造了第七幻觉。

## 7.天谴的幻觉

第七幻觉是：

天谴存在

审判肯定有后果。如果审判真的存在，那必然是有原因的。

审判显然是为了确定一个人是否取得了资格，是否应该得到奖励。

这就是人类想出来的解释。为了理解这些问题，找到相应的答案，你们回到了最初的文化故事，以及它们赖以成立的最初几种幻觉。

你们告诉自己，我让你们和我自己分离，是在你们第一次无法满足我的要求的时候。

你们原本是完美的，生活在完美的世界——也就是天堂里，享有永恒的寿命。但是后来你们犯了原罪，变得不再完美，于是你们对完美的经验也就结束了。

在从前那个完美的世界里，最完美的事情莫过于你们不会死。死亡并不存在。然而对完美的经验结束以后，你们把第四幻觉当成事实。你们以为匮乏的确存在。世上一切都不足够。甚至连生命也是不足够的。

所以结果当然就是死亡了。这是对那些没有取得资格的人的惩罚。

但这说不通啊。你们当中有些聪明的人产生了怀疑。现在每个人都会死。那么，死亡怎么会是对那些没有取得资格的人的惩罚呢？人们就算取得了资格也会死啊！

也许死亡之所以存在，只不过是因为宇宙间有匮乏。匮乏是事物的状态。这是你们从第四幻觉学到的。

可是，如果死亡是匮乏的后果，无法取得资格的后果又是什么呢？

这里好像有点问题。反正就是说不通。于是你们回到了原初的迷思。亚当和夏娃当初没有取得资格，被神逐出了伊甸园。这创造了分离，分离创造了匮乏，而匮乏则创造了资格。

因而匮乏是神的惩罚的结果。神的惩罚是分离，其结果是匮乏。死亡

是生命的匮乏——所以死亡其实就是惩罚。

这就是你们的推理过程。死亡的功能向来是惩罚你们无法取得资格。因为如果没有死亡，那么你们就像原来那样，是长生不老的。假如你们永远不会死，那么无法取得神设定的资格又有什么后果呢？

所以长生不老必然是奖励。

就是这样！你们告诉自己，永恒的生命是奖励。但现在你们又陷入一个两难的境地。如果死亡存在，那么永恒的生命是不可能存在的。

该怎么办呢？

这个问题很棘手。必须想办法让两者共存——尽管它们实际上是相互排斥的。

你们得出的结论是，肉体的死亡并不等于你们的末日。由于死亡的存在排除了生命永久持续的可能性，你们认为在肉体死亡以后，生命还将永恒地持续下去。

但如果生命能够在肉体死亡以后永久存在，那么死亡的意义有什么意义呢？

毫无意义。所以，你们必须在死后的经验中创造出另外一种后果。

你们管这种后果叫作天谴。

它特别适合你们这套理论，不信你仔细想想。它正好贴合第二幻觉，也就是那种认为生活的结果并不确定，而且失败存在的观念。

现在你们有可能得到奖励啦。你们拥有了死亡和永生，惩罚和奖励。你们把惩罚和奖励都放到死亡之后，使得死亡本身不再是惩罚，而只是匮乏的终极表现，是第四幻觉存在最为强有力的证据。

于是各个幻觉真的开始彼此支撑。它们形成了相互论证的完美关系。你们终于能够自圆其说，用文化故事创造了这个现实世界，而且不断地杜撰各种迷思，把这些迷思传给你们的后代，借以巩固你们所创造出来的现实世界。

迷思支撑着故事，故事支撑着幻觉。这就是你们整个宇宙观的基本结构。这些都是你们赖以理解这个世界的支柱。

可惜它们全部都是错的。

死亡并不存在。说死亡存在，等于说你们不存在，因为你们便是生活本身。

说死亡存在，等于说神不存在，因为如果神是世间万物（神确实是），如果世间万物构成了联合的整体（它们确实构成了联合整体），那么如果一样东西死去，世间万物都会死去——这意味着神死去。如果一样东西死亡，那么神也随之死亡。

这当然是不可能的。因此，要明白这个道理：神和死亡是相互排斥的。两者不可能同时存在。

如果死亡存在，那么神不存在。否则我们只能得出神并非世间万物的结论。

这引发了一个有趣的问题。有什么东西是非神的吗？

一方面，如果你们相信神存在，但有些东西是非神的，那么你们就会相信宇宙存在着其他许多东西。你们会相信宇宙里不仅存在着死亡，还存在着魔鬼，以及处于两者之间的一切。

但另一方面，如果你们相信神是生命能量本身，这种能量永不死亡，只是会改变形状，相信这种神圣能量不仅存在于万物之中，而且就是万物，世间万物不过是同一能量的不同形状，那么你们很快便能明白死亡并不存在，也不可能存在。

事实的确如此。我是生命的能量，是那种化为世间万物的能量。你们看到的一切都是神，只不过形状有所不同而已。

你们都是神的形态。

或者换句话说，你们都是神的化身。

这个道理我早已跟你们说过，但也许到现在你们才能真正明白。

我在这些对话中说过的话，大部分都会重复许多遍，这当然是故意的。你们必须牢牢掌握我说过的每一个概念，才能彻底掌握各种你们试图理解的新概念。

你们当中有些人想要快一点。有些人会说：“好啦，我已经懂了。”但你们真的懂了吗？你们已经度过的生活可以用来判断你们懂了哪些概

念，还有哪些概念没弄懂。从前的生活反映了你们懂得多少道理。

如果你们在生活中经验到持续的欢乐和完全的幸福，那么你们是真的懂了。但这并不意味着你们的生活中不再有那些能引起痛苦、难受和失望的境况。它只意味着尽管遭遇了那些境况，你们仍然生活在欢乐中。你们的经验和境况毫无关系。

这就是我已经讲过许多次的无条件的爱。你们也许会无条件地去爱别人，或者无条件地去爱生活。

如果对生活有着无条件的爱，那么你们会爱你们在此时此地所拥有的生活。而唯有明白“一切皆是完美”的道理，你们才会无条件地去爱自己的生活。

我告诉你吧，世间每样东西、每个人都是完美的。你们要是明白这个道理，便已经踏上了通往大师境界的道路。然而要明白这个道理，你们必须准确地理解每个人正在做的事，以及人世间万事万物的用意。

例如，当你们明白这次对话反复重述一些要旨的用意是让你们不断加深自己的理解，越来越接近大师境界，你们就会爱上这种重复。你们将会爱它，因为你们明白内中的好处。你们拥抱这种恩赐。

只要明白这个道理，你们将时刻保持安宁祥和的心态，哪怕遇到一些放在以前会让你们极其不爽的事情。甚至在弥留之际，你们也将淡定如常，因为你们将会明白，你们的死亡也是完美的。

当你们明白其实每一刻都是死亡，你们的心态将会更加安宁祥和。每一刻都是从前的你们的终结，也是你们现在选择开始的新生活的起点。

你们无时无刻不在创造新的自己。你们全在做这件事，只不过有些人很清醒，知道是怎么回事，而有些人很迷糊，完全不清楚自己正在做什么。

你们不必等到你们原来所说的“死亡”之后才能过上全新的生活。只要你们愿意，从出生到死去，你们能够在一百个不同的时刻，以一百种不同的方式去过上全新的生活。

这是我向你们许下的承诺：在肉体死亡时，你们将经验到更多的生活——这将毋庸置疑地向你们证明，生活是持续不断、永不止息的。到时你们将会意识到匮乏并不存在。生活永不匮乏，生活的材料也永不匮乏。

这将让第四幻觉彻底破灭。然而那个幻觉是可以在你们死亡前破灭的，这就是我现在要告诉你们的道理。

制造更多生活的办法是经验更多死亡。别让死亡成为一生只有一次的事情！要把生活中的每一刻都当作死亡来经验，因为这其实就是生活的本质，只要你们把死亡重新定义为一种经验的终结和另一种经验的开始。

只要这么做，你们时刻都能为刚刚消失、刚刚死去的东西举行一次小小的葬礼。然后你们可以转过身去创造未来，明白你们确实有未来，确实有更多的生活。

当你们明白这个道理，匮乏的观念将会分崩离析，而你们对世界将有全新的理解，你们将会怀着更深的感恩之心，带着更全面的觉悟和更清楚的认识，以新的方式去使用每一个金色的此刻。

到时你们的生活将永远不会再和原来一样。

一旦明白生活永远是丰足的，你们将学会利用生活是匮乏的这个幻觉。这个幻觉将帮助而不是阻碍你们走上回家的路。

即便幻觉是时间即将耗尽，你们也可以淡定从容，因为你们知道时间其实很充裕。即便幻觉是生命即将结束，你们也可以极其高效地去创造，因为你们知道生命其实永不止息。即便幻觉是你们日常所需的东西并不足够，你们也能找到祥和与欢乐，因为你们知道其实一切都很丰裕。你们有足够多的时间，足够长的生命，而且有足够多的资源来让你们永远幸福地生活下去。

当你们发现原来以为不够的东西其实是足够的，你们的生活方式将会发生极大的变化。

当你们认识到一切都是足够的，你们将不再和别人竞争。你们将不再为了爱、钱、性、权或者其他一切你们以为不够多的东西而相互竞争。

竞争将会结束。

而这将改变一切。你们不再为了得到自己想要的东西而竞争，而是大方地把自己想要的东西送出去。你们不再为了得到更多的爱而打斗，而是慷慨地给出更多的爱。你们不再为了成功而挣扎，而是确保别人都能获得成功。你们不再紧紧地抓住权力不放，而是让别人拥有更多的权力。

你们不再苦苦追寻怜爱、关注、性满足和安全感，而是发现自己变成了所有这些的源泉。真的，你们开始把从前想拥有的每样东西统统赠予别人。而这一切的神奇之处在于，你们给予了什么，便得到了什么。突然间，你们拥有了更多你们给出去的东西。

这里面的原因很清楚。原因不在于你们那么做体现了“高尚的情操”“觉悟的灵性”或者“神的旨意”。原因在于一个简单的真相：宇宙间没有别人。

唯有一个我们。

然而幻觉说事实并非如此。它说你们彼此分离，你们和我也是分离的。它说世上的好东西不够分，甚至连我也不够分，所以你们必须完成任务才能分到足够多。它说神严密地监控着你们，看你们是否完成了任务。它说如果没有完成任务，你们将会遭到天谴。

神这么做似乎不是很有爱心。可是你们所有的文化故事都在诉说同一个道理：神就是爱，是至高无上的爱，完整的爱，无尽的爱。然而假如神就是爱，天谴怎么会存在？神怎么会判令我们永远承受难以形容的酷刑？

人类开始发出这些疑问。

很明显，第七幻觉无法自圆其说。这本应让你们明白天谴的观念是错误的。但人类内心深处知道，他们不能放弃这个幻觉，否则有些非常重要的东西将会终结。

他们又是正确的。但可惜他们又犯了一个错误。第七幻觉其实是一种服务于特定目标的手段，他们非但没有看穿这个幻觉，利用它来实现目标，反而认为能够纠正它的纰漏。

正是为了弥补第七幻觉的纰漏，他们又创造了第八幻觉。

# 8.条件的幻觉

第八幻觉是：

条件存在

天谴若是存在，那么关于爱，肯定有些你们不了解的地方。

你们得出了这个结论，然后凭空给生活捏造了讲条件的特征，以便回答第七幻觉引起的难题。

生活中的一切都是讲条件的。难道这还不够明显吗？你们当中有些思考者问。你们不是已经了解了第二幻觉吗？生活的后果是不确定的。

失败存在。

这意味着你们可能无法赢得神的爱。神的爱是讲条件的。你们必须取得资格。假如没有取得资格，你们将会被隔离。难道第三幻觉没有告诉你们这个道理吗？

你们的文化故事向来有非常强大的说服力。在这次交流中，我谈到的主要是西方的文化故事，因为这次交流是在西方开始的。但是东方的文化，以及人类社会各种各样的文化和传统，也有它们各自的故事，而且绝大多数以十大幻觉中的几个或者全部幻觉为基础。

正如我早已指出的，人类的幻觉不止十个。你们每天创造出数百个幻觉。你们每一种文化都创造了它自己的幻觉，但不管怎么样，它们全都建立在几个相同的错误观念之上。我之所以这么说，是因为这些幻觉全都创造出相同的后果。

你们星球上的生活充满了各种有关贪婪、暴力、杀戮的经验，而且几乎每个人经验到的爱都是有条件的。

你们了解到爱是有条件的，根源在于你们认为至尊（不管你们管至尊叫什么）的爱是有条件的。又或者你们并不相信宇宙间存在某个至高无上的神，那么根源就在于你们对生活本身的看法，因为在你们看来，生活就是一个处处讲条件的过程。也就是说，凡事都是有前提的。你们当中有些人管这个叫因果律。

然而第一动因是什么呢？

这个问题你们谁也无法回答。即便是最伟大的科学家，也无法揭开这个秘密。即便是最伟大的哲学家，也无法破解这个问题。

谁创造了造物主呢？

如果你们认为宇宙有因有果，那好啊，但第一动因背后的原因又是什么呢？

这是让你们的老师磕磕巴巴的地方。这是你们的道路的终点。这是你们的理解力的边界。

现在我们要跨越这道边界。

宇宙间不存在条件性。宇宙的本体是自在的，其存在并不依赖于任何条件。

你明白吗？

“自在”不可能不存在。没有任何条件能让本体消失。所以生活是永恒的。因为生活便是宇宙的本体，而本体永远不可能不存在。

生活是从前、现在和将来存在的一切。

神亦是如此。因为神的本质就是生活的本质。

爱亦是如此。因为爱的本质就是神的本质。

因此爱是没有任何条件的。爱只是存在。

爱不可能不存在，因为没有任何条件能让它消失。

你们可以用“生活”或者“神”来代替上面句子中的“爱”，这个说法仍然是成立的。

有条件的爱是一个自相矛盾的说法。

你们以前不懂吧？现在懂了吗？两者是相互排斥的。讲条件的经验和爱的经验不可能同时存在于同一地方。

但你们却以为可能，这种想法正在毁灭你们。

你们的文明选择了深深地生活在第八幻觉里。结果是你们的文明本身面临灭绝的危险。

你们没有灭绝的危险。那是不可能的。因为你们就是生活本身。然而你们当前用以表达生活的形式，也就是你们已经创造和将要解构的文明，却并非不可改变。这正是你们的身份的神奇之处：你们随时可以改变形式。其实一直以来你们都是这么做的。

然而，如果你们喜欢当前这种经验自身的形式，为什么要改变它呢？

这是整个人类现在要面对的问题。

其实你们生活的地方就是天堂。你们可以得到每一种肉身所享受的快乐。你们真的处在伊甸园里。关于这一点，你们的文化故事说得没错。然而你们从来不曾与我分离，也永远不必与我分离。你们可以永远经验这个天堂，也可以瞬间毁灭它。

你们想要怎么选择呢？

你们将要选择的是后者。

那是你们的选择吗？那是你们清醒的决定吗？

请非常仔细地思考这个问题。你们的答案能够左右很多事情。

尽管宇宙其实是不讲条件的，你们仍然坚信条件性的存在。它肯定存在于神的国度。你们的各种宗教莫不宣扬这个说法。所以它肯定存在于整个宇宙里。你们认为这是一个不容辩驳的事实。于是你们世世代代都想弄清楚，假如你们没有取得神设定的资格，那么要满足什么样的条件，才能创造出你们想要的生活，或者在死后得到你们想要的回报。具备资格的话当然没问题。但如果你们不具备呢？

你们的追问终究是枉然，因为并没有什么条件。你们可以拥有你们想要的生活，死后想要怎么样也都可以，只要做出选择就行。

这让你们无法相信。你们说，不可能这么简单。不可能的，你们必须取得资格！

你们不明白自己是创造性的生灵，更不明白我亦是如此。你们竟然以为我无法得到某些我想要的东西（我所有的孩子都回家，回到我身边）——这意味着我肯定并不拥有真正的创造力，而是具有很强的依赖性。如果我拥有真正的创造力，那么我想创造什么都可以。但我好像要依赖某些条件才能得到我想要的结果。

人类无法弄清楚他们到底需要满足什么条件才能回家，才能回到神的

身边。于是他们努力地想啊想，然后凭空想象出了一些。这些通过你们所谓的宗教得到了解释。

宗教不仅能够解释神设定了什么样的资格，还能解释一个人如果不具备资格，应该怎样重新得到神的爱。宽恕和救赎的概念因此诞生。它们是爱的条件。神说“如果你们怎么怎么样，我就爱你们”。这些“如果”便是条件。

假如人们曾经客观地观察事物，那么每个宗教对宽恕和救赎都有不同解释这个事实，将足以证明这一切是杜撰出来的。可惜人类以往并不擅长客观地看待事物。时至今日，仍有许多人缺乏这种能力。

你们继续宣称这些不是你们瞎说的。你们说回到神身边的各种条件是我设定的。如果有几百种不同的宗教，提出了几千个不同的条件，那并不是因为我给出了含糊的信息，而只是因为人类没有理解对。

你们的理解当然是对的。只不过其他宗教的人都弄错了。

喏，解决这个问题的方法有很多。你们可以忽略他们。你们可以试图让他们改信你们的宗教。你们甚至可以决定把他们彻底消灭。

这些方法你们人类都试过了。你们真的有权利这么做吗？这么做真的是你们的责任吗？难道这是神安排的任务吗？难道神真的让你们去说服别人，叫他们改信你们的宗教，让他们知道什么是正途吗？你们在说服不了别人的时候，对他们进行大肆杀戮和种族清洗，难道这也是理所当然的吗？难道有某些东西，某些不成文的“规矩”，给了你们这种权利吗？

这些是人类开始发出的疑问。

很明显，第八幻觉无法自圆其说。这本应让你们明白条件的观念是错误的。但人类内心深处知道，他们不能放弃这个幻觉，否则有些非常重要的东西将会终结。

他们又是正确的。但可惜他们又犯了一个错误。第八幻觉其实是一种服务于特定目标的手段，他们非但没有看穿这个幻觉，利用它来实现目标，反而认为能够纠正它的纰漏。

正是为了弥补第八幻觉的纰漏，他们又创造了第九幻觉。

# 9.等级的幻觉

第九幻觉是：

等级存在

人类得出的结论是，如果条件性存在，那么一个人只有了解各种条件，才能享受和创造自己想要的现世生活或者阴间生活。

然后你们理所当然地又得出这个结论：那些知道条件是什么的人，比那些不知道的人过得更好。

人类很快就把上面句子中“过得”两个字去掉了。

等级的观念因而诞生。

等级的幻觉有许多用途。最重要的用途是让你们能够理直气壮、不择手段地去夺取一切想要的东西——包括神的爱。一个人只要知道条件是什么，就有权利忽视别人，有权利劝别人改信自己的宗教，有权利干脆消灭那些不知道条件是什么或者不同意自己看法的人。

因此，认识生活的条件变成了你们的头等大事。认识生活的各种条件被称为科学。而认识阴世的各种条件被称为玄学。如果一个人认识和理解这些条件，你们就会说他“有科学意识”或者“通玄”。

据说精心钻研你们所谓的神学，便能拥有“高级意识”。

经过一番研究，你们得出的结论是，人们在某些情况下可以取得资格，在某些情况下不行。而在另外一些情况下，就算没有取得资格也会得到宽恕。

这些情况就是你们所谓的“条件”。

于是在你们的经验当中，除了做事，又多了拥有。

假如拥有足够聪明的头脑，你们就可以做那些叫作考取高分、以优异成绩毕业、找份好工作的事情。然后你们便能进入那种叫作成功的状态。

假如拥有足够的金钱，你们就可以做那种叫作买豪宅之类的事情，然后便能进入那种叫作安稳的状态。

假如拥有足够的时间，你们就可以做那种叫作度假的事情，然后便能进入那种叫作休息、充电和放松的状态。

假如拥有足够的权力，你们就可以做那种叫作决定自己命运的事情，然后便能进入那种叫作自由的状态。

假如拥有足够的信仰，你们就可以做那种叫作寻找神的事情，然后便能进入那种叫作获救的状态。

这就是你们构建世界的方式。当人们拥有正确的东西时，他们就可以去做正确的事情，那些事情将会让他们进入他们一直以来梦寐以求的状态。

可惜人们很难去做那些他们必须做的事情，除非他们已经拥有一切你们认为他们需要拥有的东西。

人们就算有头脑，也无法找到好工作和升任高管，除非他们同时拥有正确的性别。人们就算有钱，也无法购置豪华的房子，除非他们同时拥有正确的肤色。人们即便有信仰，也无法找到神，除非他们同时拥有正确的宗教观念。

拥有正确的东西并不能保证你们一定会得到自己想要的东西，但是会给你们许多优势。

在人们看来，一个人越是了解这些条件就越是高级。正如前面已经指出的，这种高级地位赋予了人们某种权威，或者促使他们自以为有了某种权威，可以不择手段地去为自己谋取更多的生活和更多的神——这两样东西都是不够分的。

这就是你们明知不可而为之的原因：世上的资源不够分。反正你们是这样告诉自己的。你们全人类都以此为圭臬。

世上不止你们一个，所以好东西总是不够多。食物不够多，金钱不够多，爱不够多，神也不够多。

为了得到它们，你们必须相互竞争。

既然要竞争，那么你们必须有一些判断谁输谁赢的方法。

等级差异便是你们的答案。

那些高级的人会赢，而一个人是否高级，由某些特定的条件来决定。

有些人为了确保自己能够取胜，专横地增加了一些条件。他们使得自己能够提前宣布自己为赢家。

比如说，他们宣扬男性比女性高级。这难道不是显而易见的吗？你们当中有些爱思考的人问。当然啦，这么问的人绝大多数是男的。

同样地，白人据说也比较高级。

后来还有人说美国人比较高级。

基督徒当然也是比较高级。

但说不定是俄罗斯人、犹太人或者女人更高级呢？

这种事情怎么说得清楚？当然是可以说清楚的。这要看标准是谁创造的。

最初，高级的生灵并非男人，这一点其实男人也承认的。说到底，难道生命不是女人带来的吗？难道生命不是每个人最渴望得到的东西吗？所以在你们的母系社会时期，女人被认为是比较高级的。

同样地，白人并非最初的人种，因而白人也并不高级。

其实白人在今天也不高级。

男人也不高级。

犹太人也不高级。

基督徒也不高级。

无论是穆斯林、佛教徒、印度教徒，还是民主党员、共和党员、保守党员、共产党员，或者其他任何东西，都不比其他的高级。

下面我要告诉你们真相，一个将会让你们自由的真相，一个你们被禁止说出来因为它会让所有人自由的真相：

等级这种东西并不存在。

它根本就是你们捏造出来的。

你们根据自己的喜好、欲望和知识（你们的知识非常有限，真的）来定义高级和低级。你们从自己的角度、目标和任务出发，宣布你们认

为什么东西更好。

然而你们有些人声称这是我的任务。是神指定谁来当天选之子，什么是真正的信仰，哪条路又是通往救赎的正途。

这一切归根到底都是因为第一幻觉：需求存在。

你们认为神有需求，所以神有任务。

这是你们犯下的第一个错误；它还导致你们犯了最后一个错误。因为我要告诉你们：等级的观念可能是你们犯下的最后一个错误。

人类自以为比自然高级，所以他们试图制服自然。恰恰在试图制服自然的时候，他们破坏了一个被创造出来保护他们、充当他们的天堂的栖息地。

人类认为他们比别人高级，所以每个人都想要制服别人。恰恰在试图制服别人的时候，他们破坏了一个被创造出来拥抱他们、给予他们爱的家庭。

你们人类觉得目前这种形式的生活十分艰难，这是因为你们对各种幻觉深信不疑。你们的生活本应是美梦，可是由于你们没有把这些幻觉当作工具来使用，所以生活变成了噩梦。

但你们现在就可以化噩梦为美梦。只要认识这些幻觉的本质——为了某个目标而设计出来的现实——然后在生活中别再把它们当成真的就可以了。

尤其是不要继续生活在第九幻觉里。真的，你们要明白它只是幻觉而已，等级差异不是真实存在的。既然我们所有人是一体，自然没有高低有别这种东西。一样东西不可能比其自身更高级。

宇宙间万物是一物，不存在别的东西。“我们所有人是一体”不仅仅是一个漂亮的口号而已。它还是对终极实在的本质的准确描述。明白这个道理以后，你们将会开始以全新的方式去经验生活和对待别人。你们对万事万物的联系产生了截然不同的看法。你们发现万事万物在极高的层次上是彼此相连的。你们的视野得到了开拓。你们的目光变得锐利。你们真的看到了事物的本相。

这种深入探究生活的能力得到提高以后，你们便能识破幻觉，再度认识你们的现实。而正是经由这个过程，你们将会忆起你们的真实身份。

这种从不认识到再次认识的运动也许很缓慢。这段旅程也许每次只能前进一小步。然而积跬步可以至千里。你们要永远记住这个道理。

这样一小步足已终结等级的幻觉。

对人类来说，等级的观念是有史以来最具有诱惑力的。它能够在瞬间把人心变成石头，把温暖变成冷漠，把同意变成拒绝。

有一句简单的话，只要从你们的解经坛、讲课桌和演讲台上说出来，从你们的国会议员和世界峰会领袖口中说出来，便能改变一切。

“我们的道路并不是更好的道路，只是另外一条路而已。”

这句谦虚的话将会弥合你们各种宗教之间的裂缝，填补你们各种政党之间的沟壑，化解你们各个国家之间的冲突。

其实只要一个单词你们就能消除它们。

Namaste [1]

我内心的神向你内心的神致敬。

多么的简单。多么的漂亮。多么的神奇，真的。

然而，如果陷入在这个幻觉里，在每个人身上和每样东西里面看到神，对人们来说是极其困难的。这需要每个人都提防这个幻觉、明白它其实是幻觉才行。

可是，假如它不是幻觉，而是真实地存在于生活里，那么何以恰恰是在自以为比别人高级的时候，我们反而会以最低级的方式去行事呢？何以恰恰是在自以为更好的时候，我们的行动却更糟呢？

很明显，第九幻觉无法自圆其说。这本应让你们明白等级的观念是错误的。但人类内心深处知道，他们不能放弃这个幻觉，否则有些非常重要的东西将会终结。

他们又是正确的。但可惜他们又犯了一个错误。第九幻觉其实是一种服务于特定目标的手段，他们非但没有看穿这个幻觉，利用它来实现目标，反而认为能够纠正它的纰漏。

正是为了弥补第九幻觉的纰漏，他们又创造了第十幻觉。

[1] Namaste是印度传统问候语，具体含义即下文提及的“我内心的神向你内心的神致敬”。

# 10.无知的幻觉

第十幻觉是：

无知存在

慢慢地，随着幻觉一个个叠加到最后，生活变得越来越难以理解。人类产生的疑问越来越多，却始终找不到答案。如果这个是真的，为什么会那样？如果那个是真的，为什么会这样？不用多久，哲学家们和老师们开始摊开他们的双手。“我们不知道，”他们说，“而且我们还不知道是否有可能知道。”

无知的观念因而诞生。

这个观念有许多用途，所以它扩散得很快，不久之后就变成了终极答案。

反正我们就是不知道。

许多人类机构发现，这句话不仅是借口，而且还是某种权力。“我们不知道”变成了“我们不应该知道”，然后再变成“你们不需要知道”，最后变成了“无知是福”。

这让宗教和政府得到了说其想说、为所欲为而又无需回应任何质疑的权威。

“我们不应该知道”实际上变成了一种宗教信条。这个信条宣称，宇宙间有些秘密是神不想让我们知道的，就连探寻这些事情都是对神的亵渎。这个信条很快从宗教扩散到了党派和政府。

结果是：你们的历史上曾有一段时期，如果有人在某些时候以某种方式提出某些问题，那么这个人就会被砍头。

真的是这样。

这种反对质询的禁令将无知变成了一种值得称道的品质。于是别提问题变成了一种非常聪明和非常优秀的礼仪。人们觉得从不提问这种行为是可以接受的，甚至是应该的。

现在那些莽撞提问的人遭到的惩罚没有以前那么严重，但在你们星球

上某些地方，情况仍然一如既往。

现在我要告诉你们的是：爱的本质是自由。任何说爱你、为你着想的人，都会给你自由。

道理就是这么简单。你们不必把它想得有多么复杂。

我以前告诉过你们，现在要重述一遍。人类经验的核心唯有两种能量：爱和怕。

爱给予自由，怕夺走自由。爱敞开胸怀，怕紧闭心扉。爱鼓励推心置腹，怕惩罚坦诚相告。

你们可以借助这个标准来判断某个人是爱你们，还是怕你们。不要听他们说了什么，要看他们做了什么。

爱总是鼓励你们打破无知的边界。爱欢迎你们提出任何问题，寻找任何答案，说出任何话语，分享任何想法，支持任何系统，崇拜任何神。

爱欢迎你们活出真我。

爱总是鼓励你们活出真我。

你们可以通过这种方式认识爱的本质。

我爱你们。正是因为如此，我才会来到这里，告诉你们无知其实是幻觉。

关于你们的真实身份——也就是爱的本质，你们早已全部了解。没有什么是你们必须学习的。你们只需要忆起。

你们曾经听说，你们不可能认识神，甚至连问起我也是对我的亵渎。

那不是真的。

那两个说法都不是真的。

你们曾经听说，我需要从你们这里得到某些东西，如果不给我，你们就不能回家，不能和我成为一体。

那不是真的。

那两个说法都不是真的。

你们曾经听说，你们和我是分离的，你们彼此之间也是分离的。

那不是真的。

那两个说法都不是真的。

你们曾经听说，世间一切均不足够，因此为了得到一切（包括我），你们必须相互竞争。

那不是真的。

那两个说法都不是真的。

你们曾经听说，如果无法在竞争中取得我设定的资格，你们将遭受刑罚，也就是无尽的折磨。

那不是真的。

那两个说法都不是真的。

你们曾经听说，我对你们的爱是有条件的，如果你们认识和满足我的条件，以及所有赢得生活竞争所需的条件，那么你们就高人一等。

那不是真的。

那两个说法都不是真的。

最后，你们曾经听说，你们不知道这些说法是不是真的，而且永远无法知道，因为那远远超乎你们的理解能力。

那不是真的。

那两个说法都不是真的。

现在我要告诉你们下面这些真相：

1.神无所需。

2.神不会失败，你们也不会。

3.没有什么东西是和其他东西分离的。

4.一切皆已足够。

5.没有哪件事是你们必须做的。

6.你们永远不会被审判。

7.你们永远不会遭受天谴。

8.爱是没有条件的。

9.一样东西不可能比其自身高级。

10.你们已经知道所有这些。

# 第二部分
# 掌握幻觉

# 11.教育好你们的孩子

把这些真相传授给你们的孩子。

让你们的孩子明白，他们的快乐不依赖于任何外在因素，不依赖于任何人、地方或者事物，真正的快乐来自内心。让他们明白，他们是自足的。

只要让他们明白这个道理，你们就能把他们教得很好。

让你们的孩子明白，失败是假的，每次尝试都是成功，每次努力都是胜利，而且第一次尝试和努力，与最后一次尝试和努力同样光荣。

只要让他们明白这个道理，你们就能把他们教得很好。

让你们的孩子明白，他们和生活中的一切紧密相连，他们和所有人是一体，而且从来不曾与神分离。

只要让他们明白这个道理，你们就能把他们教得很好。

让你们的孩子明白，他们生活在一个极其丰裕的世界里，每个人都能得到足够的资源，一个人最大的收获不在于攫取得最多，而在于分享得最多。

只要让他们明白这个道理，你们就能把他们教得很好。

让你们的孩子明白，他们不必做任何事情，也有资格过上体面美满的生活；他们无需为了任何东西与任何人竞争，神的福是赐给每个人的。

只要让他们明白这个道理，你们就能把他们教得很好。

让你们的孩子明白，他们永远不会被审判，永远无需担心做错事；他们无需改变自己，无需让自己变得更好，在神的眼里便已经是完美的。

只要让他们明白这个道理，你们就能把他们教得很好。

让你们的孩子明白，后果和惩罚并不是一回事，死亡并不存在，神永远不会责罚任何人。

只要让他们明白这个道理，你们就能把他们教得很好。

让你们的孩子明白，爱是没有条件的，他们无需担心失去你们的爱或者神的爱，而他们自己的爱，在得到无条件分享之后，将会是他们送给世界最大的礼物。

只要让他们明白这个道理，你们就能把他们教得很好。

让你们的孩子明白，特别并不意味着更好，自以为高人一等，其实是不知道他们自己的真实身份，而说出“我的道路不是更好的道路，只是另外一条路而已”这句话具有极大的疗愈作用。

只要让他们明白这个道理，你们就能把他们教得很好。

让你们的孩子明白，没有什么事情是他们做不到的，无知的幻觉可以从地球上消除，只要每个人都找回自己、忆起自己的真实身份就可以了。

只要让他们明白这个道理，你们就能把他们教得很好。

在传授这些道理的时候，别靠言语，而是要靠行动，别靠讨论，而是要靠展示。因为你们做什么，你们的孩子也将会做什么；你们是什么人，你们的孩子也将会是什么人。

现在就行动起来吧，把这些道理传授给你们的孩子，也传授给所有人和所有国家。因为当你们踏上通往大师境界的旅途之后，所有人都是你们的孩子，所有国家都是你们的祖国。

其实你们早在许多世纪、许多辈子之前，便已经踏上了这段旅途。你们为这段旅途准备了很久很久，所以才会在此时此地，遇见这本书。

如今，这段旅途对你们的召唤比以往更加迫切，你们感到自己前进的速度越来越快。

这是你们灵魂的渴望的必然结果。这是你们的心灵用身体的语言在诉说。这是你们内在神性的流露。它对你们的召唤比以前更迫切，是因为你们听得比以前更清楚。

去和世界分享一个辉煌的愿景吧。那是一个所有真正求索过的精神、所有真正爱过的心灵、所有真正有过与生活合一的感觉的灵魂共同拥有的愿景。

一旦感受到这个愿景，其他的将不能让你们满意。一旦经验过这个愿景，你们将情不自禁地和所有你们接触到的人分享它。

因为这个愿景才是实在，它和幻觉形成了鲜明的对比。幻觉让你们能够去经验和认识实在。然而你们既不是幻觉，也不是在幻觉中经验到的“你们”，因为那并非你们的真实身份。

只要以为幻觉是真的，你们便无法忆起你们的真实身份。你们必须明白幻觉就是幻觉，是你们亲自创造出来的，虽然你们故意把它弄得非常逼真，但幻觉本身不是真实的。

你们来到这里，就是为了忆起这个真相，为了比以前更清楚地记得它。

你们的世界是否改变，取决于你们是否忆起。“教育”这个词的含义不是灌输，而是提取。真正的教育是提取学生内心早已知道的知识。大师知道，知识已经在那里，所以无需把它放进去。大师只是想办法让学生注意到它就在那里。

教育不是帮助别人去学习，而是帮助别人去忆起。

所有学习都是回忆。所有教育都是提醒。所有课程都是回忆的重播。

传授新知识是不可能的，因为没有什么新的知识可以传授。从前存在过的一切，如今依然存在；而未来存在的一切，如今也已存在。

灵魂能够获得所有这些信息。其实灵魂就是所有这些的演变。

灵魂是演变中的神的身体。

我是一个不断的演变过程。这个过程叫作进化，而且这是一个没有终点的过程。

如果你们认为神是一个“已经完成”的过程或者生灵，那么你们便没有正确地忆起神的本质。这里有一个大秘密：神与任何事物的关系都处在不断进化的过程中。

神和你们的关系亦是如此。

这是因为你们其实就是神。神永远不会和神断绝关系，当然也不可能和你们断绝关系。

喏，这就是神圣的二元论：我刚才说过，从前存在过的一切，如今依然存在；而未来存在的一切，如今也已存在。然后我又说，进化是一个没有终点的过程。这两者如何并存呢？

答案和你们理解中的时间的本质有关。其实时间这种东西是不存在的，存在的只是一个在永恒的此刻持续展开的过程。

神是一个过程。

在人类的逻辑框架或者人类理解能力的界限之内，你们不可能理解这个问题。这些限制由你们自己设定，而你们这么做是有原因的。这就要回到整个幻觉的原因了，我已经向你们解释过许多次，等到目前的对话快结束时，还会重新再解释一遍。

现在你们只需要明白神是一个不断演变的过程就可以了。这个我借以经验自己的过程是即时发生的，而且是持续不断的。

我的一部分化身为人类在地球上的生活，这部分的我目前就在发生转变。当今时代的你们决定要在这次转变中扮演主动的角色。你们捧起本书这个简单的动作，恰恰反映了你们的决定。如果不是在很深的层次上决定重返觉悟的境界，你们是不会这么做的，更不会把这本书看到此处。

即便你们以为自己带着怀疑或者批判的态度在看这本书，那也只是你们目前的想法而已。你们来读这本对话录的真正目的是唤起一次伟大的回忆。

这种回忆目前正发生在世界各地，遍布整个人类社会。许多人开始热切地想要忆起你们的真实身份，你们周围有大量的迹象可以证明这一点。

你们正处在地球生活转变过程的第二阶段，只要你们愿意，这个阶段可以在很短的时间内完成，比如说几十年，或者一两代人。

这次转变的第一阶段花了很长时间，多达几千年之久。但以宇宙的标准来衡量，数千年也不过是一瞬间。这个阶段可以称之为人性的觉醒，许多你们称之为老师、大师、上师或者圣人的个体承担了提醒其他人忆起他们的真实身份的任务。

由于接触到这些早期贤哲和他们教诲的人数已经增加到了临界点，你们将迎来一次灵性的觉醒，或者你们所谓的大突破，并开启转变的第二阶段。

现在大人已经开始教育他们的子女——从这一点来说，你们前进的速度非常快。

你们人类现在已经来到了突破口。当你们进入新的千年时，许多人感觉到了一种转变。这是一个关键的时间点，全球意识正是在这个时候开始转变，而你们正在扮演重要的角色。

继续推动这次转变的关键在于你们的年轻一代。如果你们的子女现在所受的教育包含了某些生活原则，那么你们人类可以在进化的道路上实现量子跳跃。

你们的学校应该以概念而不是学科为基础，核心的概念包括觉悟、诚实、负责，次要一些的概念则有透明度、分享、自由、充分的自我表达、感情纽带和一体中的多元性。

把这些传授给你们的孩子，你们就能把他们教得很好。最重要的是，要教他们认识幻觉，如何——以及为何——带着幻觉去生活，而不是生活在幻觉之中。

# 12.识破幻觉

既然幻觉显得如此真实，你们要怎样才能识破它呢？既然它其实是幻觉，又怎么会显得如此真实呢？

在觉悟逐步进化的过程中，人类开始提出这些问题。现在答案就要出现，而你们终将走出无知的幻觉。

我现在就把答案说出来供你们参考。

记住，和前面几本《与神对话》系列图书一样，这本书对你们来说很有价值，但并非绝无错误。要明白你们才是你们自己最高的权威。无论你们在读的是《塔木德》还是《圣经》，《薄伽梵歌》还是《古兰经》，《巴利三藏》还是《摩门经》，总之无论在读的是什么神圣的书籍，千万别让外界成为你们的权威来源。你们应该走进自己的内心，看看在书中找到的真相是否和你们内心的真相一致。如果一致，别对其他人说："这本书说出了真相。"请说："我认为这本书说出了真相。"

假如别人因为你们已经在内心找到了真相，而问起你们现在的生活方式，请告诉他们，你们的方式并不是更好的方式，不过是另外一种方式而已。

因为那正是目前这次交流的本质。这次交流只是另外一种看待事物的方式而已。如果它让你们把这个世界看得更加清楚，那么很棒。如果它让你们更紧密地接触自己内心最深处的真相，那么很好。但千万别把这本书变成新的《圣经》，因为那样的话，你们不过是用一套观念取代了另一套观念。

别去寻找僵硬的观念，你们要寻找的是智慧的觉醒。要利用一切能够让你们重返觉醒状态的知识。要明白你们生活在幻觉之中，幻觉中的一切都不是真的。然而幻觉导向真相，而且能让你们经验到它。

既然幻觉显得如此真实，你们要怎样才能识破它呢？既然它其实是幻觉，又怎么会显得如此真实呢？

我们先来解答第二个问题。

幻觉显得如此真实，是因为许多人相信它并非幻觉。

在你们这个爱丽丝的奇境世界里，你们认为事物是什么样的，事物就是什么样的。我可以举出成千上万个例子。不妨简单举两个。

你们曾经以为太阳绕着地球转，而且对你们来说，它确实如此。你们所有的证据都表明它绕着地球转！你们对此深信不疑，甚至围绕这个观念发展出一整套天文学。

你们曾经以为物体通过时间和空间移动。你们所有的证据都证明了这一点！你们对此深信不疑，甚至围绕这个观念发展出一整套物理学。

现在听得仔细一点。这些科学和理论的神奇之处在于它们是有效的。

那种以地心说为基础的天文学有效地解释了你们在夜空中看到的天体运动的现象。你们的观察证实了你们的观念，创造出你们所谓的知识。

那种以粒子说为基础的物理学有效地解释了你们在物理世界看到的现象。同样地，你们的观察证实了你们的观念，创造出你们所谓的知识。

直到后来，在更为仔细地观察你们看到的现象以后，你们才改变了对这些事物的看法。然而你们的想法不是那么容易改变的。至于第一批提议改变这些想法的人，早些年你们污蔑他们为异教徒，近些年则贬称他们是蠢货，或者干脆说他们犯了错误。他们提出了新的天文学，认为地球绕着太阳转，还提出了量子物理学，认为物质粒子在时间和空间中的运动不是连续性的，而是在一个地方消失，然后在另外一个地方重新出现。这些新观念被认为冒了神学和科学的大不韪。这些观念的倡导者遭到了压制和贬斥，有时候甚至付出了生命的代价。

你们大多数人固执地认为，你们的观念才是正确的。毕竟你们的观念得到了一切观察的证实。然而，是先有观念还是先有观察呢？这是一个核心的问题。这是一个你们不愿意去探索的问题。

你们是不是只看到自己想看到的？你们是不是只观察自己愿意观察的？或者更直接地说吧，你们是不是直接忽略了那些自己不愿意观察的？

我来告诉你们，答案是肯定的。

甚至直到今天，你们早已厌倦了过去的错误，现代科学发誓要先观察后下结论，但仍然有许多结论是靠不住的。那是因为你们做不到客观地看待事物。

科学早已得出结论，没有哪样被观察的东西不受观察者影响。灵修理论早在几百年前便已告诉你们这个道理，现在科学终于跟上了。你们的医生和实验室已经了解到，从事重要研究时，他们必须进行双盲测试，才能保证一定的准确性。

而对于人类来说，你们在考虑事情的时候，总是处于自己的背景知识之内。你们别无选择。你们不知道还有别的方式。

换句话说，你们是在幻觉之内审视幻觉。

因此，你们关于幻觉的每一个结论，都是建立在幻觉之上的。所以每个结论都是幻觉。

好好理解这句话，而且要常常想起来。

每个结论都是幻觉。

现在，让我们回到第一个问题。既然幻觉显得如此真实，你们要怎样才能识破它呢？

刚才你们已经认识到，幻觉如此真实，并非因为它是真实的，而是因为你们坚信它是真实的。因此，要改变你们看待幻觉的方式，首先要改变你们对它的观念。

从前，你们曾听说只有眼睛能看见的东西，才是值得相信的。后来，你们又提出一个新观点——你们只能看见自己相信的东西。我告诉你们吧，后面这个观点是真的。

在面对幻觉时，你们如果相信它是幻觉，就会看到它只是幻觉而已，哪怕它显得非常真实。到时你们将能够使用幻觉原定的功能，把它当作一种经验终极实在的工具。

你们将会忆起如何创造幻觉。你们将能够随心所欲地改变它，而不是束手无策地观察着它，怀着听天由命的心态，以为它非如此不可。

那么要怎样才能做到呢？

其实你们一直在创造幻觉，只是自己不知道而已。所以你们做出的选择一直是无意识的，而不是有意识的。这还是你们真的在做选择时候的情况。大多数时候，你们只是接受别人的选择。

你们总是选择别人已经选择的东西。因而你们在生活中重演了父辈的

文化故事——而他们也因袭了父辈的做法，甚至上溯七代都是如此。

等到不再选择别人已经选择的东西那一天，你们将会迎来解放。

到时你们仍然摆脱不了幻觉，但将不再受其所害。你们将踏出幻觉，但仍将生活在幻觉之中，只是它不再能够控制你或者你的现实。

在明白幻觉的目标之后，你们不会选择终结它，除非你们自己的目标已经得到实现。

你们的目标不仅是认识和经验你们的真实身份，还包括创造你们未来的身份。你们的功能是在每个此刻再造全新的自己，去实现你们对自己的身份曾有过最伟大的构想。这个过程你们称之为进化。

然而你们不必受到这个过程的负面影响。你们可以处于这个世界之中，却又不属于它。

若是做到这一点，你们想怎样经验这个世界都可以。到时候你们将会明白，经验本身是一种行动，而不是一种反应；它是某种你们制造出来的东西，而不是某种你们得到的东西。

明白这个道理以后，你们生活中的一切将会改变。当有足够多的人明白这个道理，你们星球上的一切将会改变。

那些明白这个秘密的人被尊称为大师。那些传授这个秘密的人被尊称为上师。那些在生活中实践这个秘密的人被称为蒙福者。

因此，去蒙受神的祝福吧。

要像达到光明境界的大师那样去生活，你们必须成为异端，成为离经叛道的人，因为你们将拒绝相信其他所有人相信的道理，而在你们否定别人的旧道理时，别人也将否定你们的新道理。

你们将拒绝承认别人正在经历的世界是真实的，从前那些否认地平说的人也是这样的。和从前一样，这等于是公然反对那些表面看来无可争议的真理。和从前一样，这将会引起争议和抨击，你们将会穿过风急浪劲的海洋，发现一片广阔无垠的新天地。和从前一样，你们将会生活在全新的世界里。

自有时间伊始，这便是一个你们向来准备创造的世界，也是一个你们早就应该体验的世界。其实时间也是幻觉，所以也许说“自有幻觉伊始”更为准确。

请永远记得：幻觉不是某种你们正在忍受的东西，它是某种你们正在选择的东西。

如果不愿意，你们不必生活在幻觉里。

你们在这里，是因为你们想要在这里。如果你们不想在这里，那么就不会在这里。

然而要知道，创造出你们生活在其中这个幻觉的不是别人，正是你们自己。

有些人不愿为他们正在经验的生活承担起责任，于是说生活是神创造的，他们除了忍受别无选择。

然而我要告诉你们，你们生活在其中的世界之所以如此这般，是因为你们选择了让它如此这般。当你们不再希望世界是现在这样时，你们将会改变它。

可惜接受这个真相的人不多。因为承认它意味着他们不得不承认自己也有责任，而这是他们万万做不到的事。他们宁可把自己塑造成无辜受害者的角色，也不愿承认自己是有失明智的共同创造者。

当然，这是可以理解的。要是认为这个世界是你们亲手创造出来的，是你们自身的意志和愿望的结果，你们绝对不会原谅自己。你们为什么不会原谅自己呢？因为你们觉得我不会原谅你们。

你们从小就学到世界上有些事情是“不可原谅的”。如果你们做了一件连神都不肯原谅的事，你们怎么能够原谅自己呢？你们做不到。所以你们退而求其次。你们辩解说这件事和你们毫无关系。你们以为我会称它为不可原谅的人类之罪，于是拒绝为其承担责任。

这里面的逻辑很牵强，因为创造目前这个世界的如果不是你们，那又是谁呢？假如有人说，人世间所有可怕的缺陷都是神创造的，你们会跳起来为我辩护。“不，不，”你们说，“神只是给了人类自由的意志。这些东西是人类创造出来的。”

可是如果我说：“你们说得对。那些确实不是我创造的，你们现在的生活也不是我创造的。你们是自己的现实的创造者。”你们一样会否认。

因而，你们想要为双方辩护。这些东西既不是神创造的，也不是你们创造的。我们只是悲伤地观察着它们。

但如果生活让你们感到特别恼火或者沮丧，你们当中有些人会改变态度。当事情变得特别糟糕的时候，你们随时准备责怪我。

“你怎么能让这种事发生啊？”你们大声对我说。有些人甚至朝天挥舞着拳头。

幻觉变成了困惑。这个世界不但是残酷的，它还是一个冷酷无情的神创造出来的。

为了维持这种想法，你们必须让自己与神分离，因为创造一个冷酷无情的世界可不是你们愿意做的事情。你们必须想象神会去做一些你们永远不会做的事，你们必须认为自己受制于这个喜怒无常的神。

你们确实这么做了，所以便有了宗教。

尽管如此，你们仍然觉得很矛盾，因为你们内心最深处知道，神也不会做这些事情。那么到底是谁干的呢？是谁直到今天还在做这些事情呢？必须有人来负责，那么是谁呢？

于是撒旦登场了。

为了解决仁慈的神做着残忍的事这个矛盾，为了推卸你们在这件事上的责任，你们创造了第三方。

你们创造了完美的替罪羊。

也就是魔鬼。

喏，一切终于可以说得通了。原来有一个他者，挡在你们想要的东西和我想要的东西之间，让我们双方变得很悲惨。

你们无需为你们生活在其中这个冷漠、残酷的世界负责。它不是你们创造的。

“好吧，”你们会说，“也许从某种意义上来说，它确实是我创造的，但这并不是我的错。是魔鬼逼我的。”

这句搞笑的台词变成了你们的神学理论。

又或者你们的神学理论本来就很搞笑？

这只有你们知道。

# 13.理解幻觉的功能

有一种办法可以终结困惑和识破幻觉，那就是利用幻觉。

发现能够轻易操控幻觉以后，你们将会明白它不是真实的。

你们也许会说，你们无法做到这一点。你们也许会说，这件事情太复杂了，不是你们力所能及的。然而人类每天都在有意识地创造各种幻觉，并生活在它们当中。

你们知不知道有些人会把时钟或者手表拨快十五分钟，以便永远不会迟到？

你们地球上确实有些人这么做！他们真的把钟表拨快了五分钟、十分钟或者十五分钟。然后每当查看时间，他们会催促自己快一点，因为假装已经比真实的时间晚了几分钟。

有些人真的忘了他们自己把钟表调快了，以为他们看到的假时间是真正的时间。这时候幻觉已经失去了原定的功能，对他们来说再也没有益处。

而明白表上的时间是他自己创造出来的幻觉的人，看到时间则是从容不迫，因为他知道他还有几分钟的余裕。他迅速行动起来，变得非常高效，这恰恰是因为他很从容。他明白幻觉并不是现实。

至于暂时忘记表上的时间是他亲手创造的幻觉的人，他心里充满了焦虑，因为他以为幻觉是真实的。

因而，两个人对同一个状况做出了截然不同的反应。一个人把幻觉当作幻觉来经验，另一个人把幻觉当作现实来经验。

唯有认识到幻觉是幻觉，并把它当作幻觉去体验时，你们才能经验终极实在。这个时候幻觉才能帮助其创造者达到目标。

现在你们应该理解得更加透彻了。

利用幻觉的方法是认识到它是幻觉，而认识到它是幻觉的办法是利用它。这个过程是循环的，和生活一样。

首先，你们要否认幻觉和现实有任何关系。长久以来，你们一直否认

终极实在。你们一直否认我的身份和你们的真实身份。现在只要把你们的否认反过来即可。

你们可以称之为逆向否认。

看看你们的周围，做出一个简单的宣言：我的世界里没有一样东西是真实的。

就是这么简单。

这个道理我早就以许多种方式告诉过你们许多次。现在我要再说一遍。

你们看到的东西没有一样是真实的。

这个世界是你们拨快了十分钟的手表。

你们确实拨快了自己的手表。也就是说，你们要让自己以为假的是真的。

但是要小心点，因为你们很容易忘记你们正生活在一个自己创造的幻觉当中。

听说你们在地球上所经历的一切都是虚假的之后，有些人也许会觉得很郁闷。然而请别垂头丧气，因为这个世界是你们最大的礼物，是一个给你们观看的奇迹，是一份给你们享用的宝藏。

物质领域的生活是光荣的，真的，它的目标是通过领悟和宣布、表达和实现你们的真实身份，来带给你们快乐。走进这个你们创造出来的非凡世界吧，用你们的生命去诉说和经验你们对自己曾有过的最辉煌的憧憬。

记住每一个行动都是自我定义的行动。每一个想法都附带着创造的能量。每一个词汇都在宣称你们的真相。

仔细看看你们今天在做什么。这就是你们选择用来定义自己的方式吗？

仔细看看你们今天在想什么。这就是你们想要创造的东西吗？

仔细看看你们今天在说什么。这就是你们渴望成为的样子吗？

你们生活中的每一刻都是神圣的时刻，都是创造的时刻。每一刻都是新的开始。你们在每一刻重生。

这便是你们通往大师境界的旅途。这段旅途将引领你们走出你们亲手创造的噩梦，走近你们的生活本来就应该成为的美梦。这段旅途将引领你们和造物主相遇。

## 14.思考幻觉

一直以来有人说，人类达到大师境界以后，没有什么事情能让他们不快乐。一直以来也有人说，大师能够达到那种境界，是因为他们掌握了一个大秘密。

我早就告诉过你们这个秘密，只是没有将它描绘为“秘密”而已。你们也许还不明白，这个道理是一切的关键。

我再把道理告诉你们吧。秘密就是下面这个句子：

分离并不存在。

这个道理能改变你们整个生活经验。这个道理可以转化为一句简单的话，你们只要在日常生活中实践这句话，便能彻底改变这个世界：

我们所有人是一体。

这句话真的能让你们的世界发生天翻地覆的变化！因为当你们意识到宇宙间有且仅有一样东西，有且仅有一个现实，有且仅有一个生灵，那么你们将会明白，在某种程度上，这独一的生灵必定永远能够如愿以偿。

换句话说，失败并不存在 。

领略这个道理以后，你们将会明白，既然没有失败，那么这独一的生灵什么也不缺。

因此，需求并不存在。

由于你们领悟了这些道理，突然间，多米诺骨牌开始倒下。你们各种幻觉的结构开始倒塌。崩溃的不是幻觉本身，而是支撑着它们的结构。也就是你们用来构建生活的文化故事。

这些故事全是迷思，无论是关于你们的人生如何才能成功的故事，还是关于人类的生命是怎样开始的故事，全都与终极实在无关。

你们人类若想在进化的道路上继续前进，现在必须抛弃这些故事。抛弃这些故事的方法有许多种。最有效的方法是入定。

在入定的状态中，你们将会找到自己真实的存在。在静默当中，你们

将会听见灵魂的呼吸，以及神的呼吸。

以前我告诉过你们许多次，现在我要再告诉你们一遍：入定以后，你们将会找到我。

每天都要入定。问问你们自己：你们能够早晚各有十五分钟献给神吗？

如果你们不能，如果你们没有时间，如果你们的日程排得太满，如果你们有太多其他事情必须完成，那么你们陷入幻觉的程度，甚至比你们自己想象的还要深。

然而现在还不算太迟，你们还来得及离开幻觉，识破它的本质，利用它来经验你们的真实身份的终极实在。

首先，每天将你们清醒的时间分一小部分用来再次和我合一，只要一点点时间就好。

我召唤你们来与神合一。我邀请你们来经验你们与造物主的相聚。

在合一的时候，你将会知道统一才是你们的存在的真相。离开入定状态之后，你们将会明白，你们将会从自己的经验中看到，幻觉的负面效应之所以绵绵不绝，正是因为你们否认了这个真相。

幻觉本应成为你们的欢乐。它本来是你们的工具。它根本就不应该成为你们的负担和悲伤、你们的考验和苦难。它可以不再是这些东西，只要你们理解了终极实在的真相：分离并不存在。

没有哪样东西和哪样东西是分离的。宇宙间唯有统一。唯有一体。

你们彼此之间不是分离的。你们和生活的任何部分、和我也不是分离的。

由于分离并不存在，匮乏也无法存在。因为万物归一意味着一本身是自足的。

由于匮乏并不存在，资格也无法存在。因为你们不需要任何东西，自然没有什么东西是你们一定要完成某些事情才能得到的。

由于没有什么事情是你们一定要完成的，那么你们到底完成了没有，自然不会成为审判你们的标准。

由于不会被审判，你们自然不会遭天谴。

由于不会遭天谴，你们终将明白爱是无条件的。

由于爱是无条件的，那么在神的国度里，任何人、任何事物都没有高下之分。那里没有爵位，没有等级，没有谁比谁得到更多的爱。爱是一种整体的、彻底的经验。不可能只爱一点点，或者爱特别多。爱是不可以量化的。爱有不同的方式，但没有不同的程度。

永远记住这一点。

爱是不可以量化的。

它要么存在，要么不存在。而在神的国度里，它永远是存在的。那是因为神并非爱的派发者，神本身就是爱。

我早已说过，你们和我是一体，事实的确如此。你们是依照我的模样和形象造出来的。因此你们也是爱。换句话说，爱是你们的真实身份。你们不是爱的接受者，你们就是那种你们想要得到的东西。这是一个伟大的秘密，知道这个秘密改变了人们的命运。

许多人终其一生都在寻找他们已经拥有的东西。其实他们拥有爱，因为他们就是爱。

要拥有爱，你们只需成为爱。

你们是被我爱着的。每个人都是如此。所有人都是如此。你们谁也不比别人更可爱，因为你们谁也不比别人更接近我——只不过有些人更记得我，因此也更记得你们自己。

所以别忘了你们自己。

要被爱，先成为爱。

请以这样的方式来纪念我。

因为你们全都是我的化身，是神的总体的组成部分。当你们忆起你们的真实身份，你们也就再次成为一体中的一部分。

宇宙间唯有一体。

唯有一个存在。

请永远记住这一点。

由于没有等级，所以没有谁比其他人知道得更多，也没有谁比其他人知道得更少。你们知道得一样多，只是有些人忆起得多一些，有些人忆起得少一些。

无知并不存在。

现在我要再次告诉你真相：爱是无条件的。生活是无穷无尽的。神是没有需求的。而你则是奇迹。每个人都是神的奇迹。

这是你一直以来想要知道的真相。这是你的心灵向来知道、然而你的精神不断否认的真相。这是你的灵魂时不时诉说、然而却被你的肉体和你周围的肉体不断否认的真相。

每一个声称欢迎你认识我的宗教，都要求你否定我。因为它们说，你不是我，我也不是你，而胆敢认为你是我、我是你则是一种罪过。

它们说，我们不是一体，而是造物主和造物。然而正是因为拒绝接受和认识你自己和我是一体，你的生活才会有那么多痛苦和悲伤。

现在我要请你来和造物主相会。

你将会在自己的内心找到造物主。

## 15.利用幻觉

为了准备和造物主相会，你们最好离开各种幻觉，包括你们和造物主彼此分离的幻觉。

那是你们正在做的事。那正是这一系列与神对话的用意所在。因为现在你们追求的是带着幻觉生活，而非生活在幻觉当中。正是这种诚恳的追求把你们带到这里，把你们带来和我交流。

我前面已经对你们说过，每个幻觉都有缺陷。这本应让你们知道幻觉是假的，但人类内心深处知道，他们不能放弃这些幻觉，否则有些非常重要的东西将会终结。

他们是正确的。但可惜他们犯了一个错误。他们非但没有看穿这些幻觉，利用它们来实现目标，反而认为能够纠正它们的纰漏。

你们应该做的不是去纠正纰漏，而是去审视它，从而忆起你们内心深处已经知道的东西。所以我说你们不能放弃这些幻觉，否则有些非常重要的东西将会终结。

在前面的对话中，我已经向你们解释过原因。现在我要再向你们解释最后一遍，以便你们能够牢牢地记住。

幻觉存在，是为了提供一个局部化的背景场，在其中你可以根据对自己的身份曾有过的最远大的憧憬，不断地再造你自己。

宇宙本身是一个背景场。这既是它的定义，也是它的功能。它提供了一种方法，让生活得以被表现，得以在物质领域中被经验。

而你则是这个背景场的局部化，你周围的每个人、每样东西也都是。换句话说，你是局部化的神。

离开这个局部化的背景场，你只能认识到自己是太极。太极无法经验其自身的本质，因为别的东西并不存在。

如果没有非你的东西，那么你的本质也就不存在。它既不可能被经验，也不可能被认识。

这个道理你们已经听说过许多次。

你们向来听说，如果没有“快”，那么没有“慢”。如果没有“上”，那么没有“下”。如果没有“这里”，那么没有“那里”。

因而，如果没有幻觉，那么你们既不在这里，也不在那里。

于是你们集体创造了这些非凡的幻觉。你们自己创造了一个世界，实际上是一个宇宙。这为你们提供了一个背景场，在其中你们可以决定和宣布、创造和表现、经验和实现你们的真实身份。

你们全都做了这件事。这是你们的命运。你们每一个人都是神圣总体的个体化。你们每一个人都在寻求认识自己，定义自己。

你是谁？你是好人吗？你是坏人吗？什么是“好”？什么是“坏”？你高大吗？你矮小吗？什么是“高大”？什么是“矮小”？你是这些东西中的任何一种吗？成为这些东西意味着什么？你真的很神奇吗？

这是神唯一有过的疑问。

我是谁？我是谁？我是谁？

现在我要选择成为谁？

这是唯一重要的问题，这是你的灵魂时刻用你的生活来决定的问题。

别去寻找，而是去决定。因为生活不是一个发现的过程，它是一个创造的过程。

每一个行动都是自我定义的行动。

神时时刻刻处在自我创造和自我经验的过程中。这也是你在这里正在做的事情。你正在经验非你的东西，以便经验到你的真实身份。

其实宇宙间并没有非你。你是一切，你是所有。神是总体。神是一切。然而为了认识你（神）如今表现出来的一部分，你必须想象出一些非你的东西。这是伟大的想象。这些东西是生活的幻觉。

因此，要利用幻觉，感恩幻觉。你的生活是一场魔术，而魔术师就是你。

所谓通往大师的旅程，便是在遭遇幻觉时，表现出你的身份的辉煌之处。在这个背景之内，承认幻觉可以非常逼真是很重要的。

要使用各种幻觉原有的功能，首先要理解它们的本质。但光靠理解是不够的。接下来你们要决定幻觉意味着的什么。

最后，在这个你们遭遇（创造）的局部化背景场（你们称之为“境遇”或者“境况”）中，你们还要选择神圣领域中的哪个部分（即你们自己的哪个部分）是你们想要经验的。

简单来说，这个过程就是：

1.识破幻觉。

2.决定幻觉意味着什么。

3.再造全新的自己。

使用十大幻觉的方法有许多种，经验它们的方法也有许多种。你们可以选择把它们当作正在发生的现实来经验，也可以选择把它们当作已经过去的记忆来经验。高级文化和高级生灵都是采取后面这种方法来使用幻觉。

高度进化的生灵仍然意识到幻觉的存在，但他们从来不去终结这些幻觉（别忘了，终结它们等于终结你们所认识的生活），只是将它们当作过去而非现在的一部分来经验。他们鼓励每个人永远记得这些幻觉，但永远别再将它们当作正在此时此地发生的现实。

然而，无论把它们当作现实来经验，还是当作过去来经验，最重要的是认识它们的实质——只是幻觉而已。然后你就能随心所欲地使用它们。

如果你想要经验你的某个特别属性，那么这些幻觉是你的工具。每一个幻觉都可以用于经验你的身份的许多属性，你也可以结合几个幻觉来经验多种属性，或者以不同的方式经验同一种属性。

例如，第一幻觉和第四幻觉（也就是需求的幻觉和匮乏的幻觉）可以用于经验一种属于你的真实存在的微妙属性，也就是所谓的自信。

如果没有让你对自己产生信心的东西，那么你是自信不起来的。通过运用需求的幻觉和匮乏的幻觉，你可以先产生那种世上的好东西统统“不够”的观念，然后再去克服它。通过反复这样做，你制造了自信的经验，相信你总是能够得到一切自己需要的东西。这种经验将会得到终极实在的证实。

同样的例子数也数不尽，我们不妨再举一个。第二幻觉和第六幻觉（即失败的幻觉和审判的幻觉）可以共同用来制造一种特殊的效果或者经验。你们可以想象自己遭遇失败，并因此审判自己，或者接受自己的审判。然后你们可以从“失败”中振作起来，以不屈不挠的态度继续奋斗，最后取得成功！

这是一种美妙的经验，你们大多数人曾经把这种经验送给自己许多次。然而，如果不明白失败和审判其实都是幻觉，你们将会陷入在这两种经验中，好像人生确实十分艰苦。

若想摆脱这种“艰苦人生”，首先要摆脱幻觉，要认识到它们的本质。

这些幻觉之间可以任意组合，比如说分离和需求，天谴和等级，无知和等级，匮乏、天谴和失败等等。无论是单独存在，还是结合起来，这些幻觉都是为了向你们提供一个可供对比的非凡背景场，以便你们能经验自己的真实身份。

你已经许多次听说，在相对世界里，你无法经验你的真实身份，除非处于非你的空间。这些幻觉的功能正在于提供一个空间，或者说一个背景，让你能够在其中经验自己的每一种属性，让你随时可以选择成为你心目中最好的自己。

现在你懂了吗？你明白了吗？

很好。现在我们要逐个审视这些幻觉，并通过一些例子让你学会如何使用它们，如何以刚刚描述过的方式再造全新的自己。

第一幻觉，亦即需求的幻觉，可以用来经验一种属于你的身份的伟大属性，也就是那种你什么也不需要的属性。

你不需要任何东西也能存在，你不需要任何东西也能永远存在。需求的幻觉创造了一个背景场，让你能够在其中经验这一点。正是在踏出幻觉时，你经验到了终极实在。幻觉创造了一个让终极实在可以被理解的背景。

终极实在是，你认为自己需要的东西，其实你早已拥有。它存在于你之内。实际上，它就是你。你就是你需要的东西，所以你随时能够把一切你需要的东西送给自己。这意味着你根本不需要任何东西。要懂得这个道理，要通过经验认识这个道理，你必须看破需求的幻觉。你必须走出这个幻觉。

走出需求的幻觉的方法很简单，仔细想想你觉得自己现在需要什么，

什么是你觉得自己必须拥有然而尚未拥有的东西，然后请注意，尽管没有这样东西，你仍然好好地在这里。

这蕴含着丰富的意义。如果你缺少你认为自己需要的东西，但仍然好好地在这里，那么你为什么认为你需要它呢？

这个关键的问题就像一把钥匙。它将会打开那扇金色的门，那扇通往一切的门。

下次你觉得自己需要某样东西的时候，不妨问问自己："我为什么觉得自己需要这个呢？"

这是一个能够让你得到解放的问题。这句话将会给你带来自由。

如果你看得很清楚，你将会意识到，无论那样东西是什么，你都不需要它，你从来不需要它，你对它的需求其实是自己杜撰出来的。

哪怕是你呼吸的空气，你也不需要。在死亡的那一刻，你将会明白这一点。空气这种东西只有你的身体需要，而你并不是你的身体。

你的身体是某种你拥有的东西，它并不是你的本质。它是一种神奇的工具。然而你不需要现在的身体也能延续创造的过程。

这个道理虽然浅显得让人愉快，却无助于缓解你对失去身体、家人或者自己优越生活条件的恐惧。有一种方法可以缓解这类恐惧，那就是超脱——大师就是这么做的。大师在拥有表明肉身的生活是幻觉的证据之前便已掌握了超脱。至于那些没有达到大师境界的人，往往只有在所谓死亡的瞬间，才掌握了这种证据。

和你的身体分开之后（也就是说，在你"死"后），你将会立刻意识到这种存在状态并非你向来听说的那种可怕的经验，实际上它是一种光荣而神奇的经验。你也将明白，死亡远远胜过受困于肉身，无论你最近这具肉身已经创造出哪些让你眷恋的东西。因而到时候超脱是很容易做到的事情。

然而你在肉身之内也能掌握生活的秘密，不必等到离开肉身的时候才能认识生命的光荣和你的身份。你只要在生前学会超脱便能做到这一点。而学会超脱是很简单的，你只要走出需求的幻觉即可。

要走出需求的幻觉，你要对生死有更深刻的理解，要明白你所认识的死亡并不存在，而生命是永恒的。明白这个道理以后，你便能够超然地看待生活中的一切，包括生命本身，因为你知道，既然生命是永恒

的，你可以再次拥有你眷恋的事物，以及其他你曾经认为自己再也无法经验的东西。

其实你在尘世眷恋的一切，在你所谓的来生依然可以经验得到，所以到时候你将会在经验中发现，你什么也没有失去。慢慢地，你将会抛下所有的眷恋，因为你终于明白，永恒的生命提供了许多非凡的机会，让你可以持续地进步和成长。

然而，无论在今生还是来世，那些你曾经爱过的人，你将依然爱着，你随时可以在本元的层次上经验和他们完全的合一。

假如你思念某个仍在地球上的活人，你可以转念间便和他们在一起。

假如你思念某个已经离开肉身的人，某个先于你离世的爱人，你可以在自己死后选择和他们团聚，或者只要你愿意，随时都可以，而且也是转念间便能做到。

这只是即将到来的奇迹的一部分。将来我们还会有一次交流，关于如何与神一起经验死亡，到时我会告诉你更多，比这多得多。

没有神，你无法死去，但你可以想象自己独自死去。这就是你想象中的地狱，而你曾有过的一切恐惧，都根源于对这个地狱的害怕。然而没有什么东西值得你害怕，也没有什么东西是你需要的，因为如果没有神，你非但无法死去，也无法活着。

这是因为我就是你，你就是我，我们之间从不曾分离。你无法在没有我的情况下死去，因为如果“没有我”，你无法也永远找不到你自己。

我是神，我是太极。由于你是太极的一部分，所以你是什么，我就是什么。你没有哪个部分不属于我。

如果太极永远与你同在，那么你什么也不需要——这是你的存在的真相。深深地理解这个道理以后，你将会以一种截然不同的方式生活在你的身体里面。你将会变得无所畏惧，而无畏的人从来不害怕任何东西，所以是有福的。

相反地，恐惧会把你害怕的东西引到你身边。害怕是一种强烈的情绪，情绪则是移动的能量，所以强烈的情绪具有极高的创造力。正是由于这个原因，我才会启发了这句名言：“除了害怕本身，没有什么是值得害怕的。”

无畏地去生活的办法是认识到生活的一切后果都是完美的——包括你

最害怕的后果，也就是死亡。

我在这里告诉你这个消息。我在此刻告诉你这个道理。如果你仔细审视你的生活，你将会发现，无论你需要什么东西才能抵达下一刻，才能来到此时此地，一直以来你都拥有这些东西。证据就是你此刻出现在这里的事实。显然，你从未需要更多的东西。你也许曾经想要更多的东西，但你从未需要更多的东西。你所有的需求均已得到满足。

这个启示虽然令人震惊，但始终是真实的。每一个与之相反的表象都是虚假的。

等到明白一切后果都是完美的、没有什么东西值得害怕之后，你将会以一种全新的眼光去看待那些原本让你害怕的境况。真的，你将会看到它们光明的一面，而不是阴暗的一面，并将你的恐惧称为“历险”。

这种重构背景场的做法能够改变你的生活。你可以无所畏惧地去生活，可以经验你已经创造的一切是多么辉煌。识破需求的幻觉让你能够运用这个幻觉原本的功能，把它当作一种工具，去经验这种辉煌，以及认识你的真实身份。

比如说，使用你需要身体这个幻觉，促使你去保护它，照顾它，确保它不遭虐待。如此一来，身体便能发挥更大的作用，而那是它原本就具备的功能。

使用你需要某种关系的幻觉，促使你去保护那种关系，去照顾它，确保它不遭滥用。如此一来，关系便能发挥更大的作用，而那是它原本就具备的功能。

对于任何你想象你需要的任何东西，都可以以此类推。请使用你的想象。以非常实际的方式去使用它。然而要知道，只有在你明白它是幻觉时，它才能给你带来好处。一旦认为幻觉是真实的，你便将谨慎（这是幻觉非常有用的功能之一）变为害怕，并开始纠缠。于是爱变成了占有，占有变成了执迷。于是你落入了情感的陷阱，迷失在幻觉之中。

如果迷失在需求的幻觉里，那你的损失可惨重啦。因为需求的幻觉是最大的幻觉。它是第一幻觉，是最强大的。这个幻觉是其他所有幻觉的基础。你的身份是一无所需，而你损失的正是你的身份。

人们常说一个人“只是想要找回自己”。这句话是十分正确的。你所做的一切，都是为了找回自己。然而，你在身外任何地方都将找不到自

己。你要找的东西，只有在你的内心能找到。

别忘了我跟你说过的一句话：如果不走进内心，你将一事无成。

唯有走进内心，你才能回答这个问题："为什么我认为我需要身外这个人、这个地方或者这样东西？"唯有走进内心，你才能忆起其实你并不需要。然后你将会明白下面这句话的含义："我曾经迷路，但已归正途。"

到时候你找到的将是你真实的身份。你使用第一幻觉，实际上是为了经验到你自己是一无所需的神圣生灵，因为你所有的需求永远能够得到满足。领悟这个真相以后，在日常生活中，你将越来越深切地经验到它。你将变成你心目中的自己。

请永远记住下面这句话。

你认为自己是什么人，就会成为什么人。

第二幻觉，亦即失败的幻觉，可以用来经验你无论做任何事都不会失败的事实。

其实你的生活无非是一个达到你想要达到的目标、经验你想要经验的事物的过程，你所做的每一件事都不是失败，而是这个过程的一部分。

你想要经验的是你的本质。可是如果没有非你的东西，你无法经验你的本质。所以要明白，当经验到非你的东西时，那并非一种失败的经验，而是一种经验你的本质的方式。

刚才说的这句话很重要，但许多重要的话，你们都是听过就忘了。所以我准备重复一遍。

当经验到非你的东西时，那并非一种失败的经验，而是一种经验你的本质的方式。

所以，当你在生活中遇到所谓的"失败"，请怜爱地拥抱它，别谴责它，别责怪它。因为厌即是恋，色即是空。所谓色即是空，就是幻觉不再以幻觉的形式出现。你看到了它的真实本质，正如你看到了自己的真实身份。

如果你能利用失败的幻觉来发现你学到（忆起）了什么关于生活的知识，并鼓励自己运用已经获得的智慧，那么这个幻觉将会变成一件让

你发现自己总是无往不利的工具。

简单地说，走出失败的幻觉的办法很简单，就是把一切视为你的成功的一部分。所有事情都导向你的成功，产生你的成功，都是你经验成功的过程的组成部分。

许多人本能地明白这个道理。比如说有些科学家。在做重要实验的时候，他们不仅早已做好失败的准备，而且还会因为失败而高兴。纯粹的科学家完全明白，一次“失败”的实验根本就不是“失败”，而是指明了一条通往成功的道路。

“如愿以偿”未必是成功，“事与愿违”也未必是失败。真的，如果活得足够长久，你会发现往往“如愿以偿”才是失败，“事与愿违”反倒是成功。

许多你所谓的失败，其实是成功的经验。那些你称之为“成功”的经验，又怎么会是失败呢？

这是因为要经验成功的喜悦，失败的幻觉是必需的。如果你做每件事都“成功”，那么你根本就经验不到成功。你只是感觉到自己一直在做事，但不会认识到那就是成功，也无法经验你的身份有多么神奇和光荣，因为没有背景场让你意识到这一点。

比如说玩橄榄球吧，如果你第一次扔球就达阵，那当然是很让人兴奋的。可是如果你每次扔球都达阵，那么兴奋感很快就会消失了。那将毫无意义。除了达阵什么也没有，你再玩下去不但没有意思，也毫无意义。

生活中的一切都是循环往复的。正是这些循环往复，让生活有了意义。

实际上，失败这种东西并不存在。唯一存在的是成功，但成功有许多种面貌。非神的东西是不存在的。唯一存在的是神，但神有许多种面貌。

你能明白这个比喻吗？你能领悟这个模式吗？

领悟这个简单的道理能改变一切。一旦明白这个道理，你的内心将会立刻充满感恩和惊奇。感恩是为了你生活中所有的“失败”，惊奇是因为你竟然花了这么多时间才明白这些“失败”其实全是财富。

到时候你终将明白“我派到人间的都是天使”和“我送给你们的都是奇

迹”这两句话的真谛。

在领悟这个道理的那一刻，你将认识到，你永远无法不成功。

请永远记住这句话。

你永远无法不成功。

第三幻觉，亦即分离的幻觉，可以用来经验你和万事万物的合一。

如果你和某样东西结合很久，那么终有一天你将根本注意不到“你”的存在。“你”是独立实体这种观念将会渐渐消失。

相伴多年的人往往有这种经验。他们慢慢失去自己的个体认同。从某种意义上来说，这是很神奇的。然而，当这种合而为一的经验无休无止地持续下去，这种神奇便消失了，因为没有分离，也就没有合一。合一的经验不再带来狂喜，只会带来空虚。如果没有孤立，一体什么也不是。

正是由于这个原因，我才启发了下面这几句话：你们要永结同心，但彼此留有空间；酒要斟满，但别从同一个杯饮用；殿堂的支柱各自伫立，琴弦也是分开的，尽管它们颤动出相同的乐声。

生活无非是一个反复经验合一与分离的过程。这是生活的节奏。实际上，正是这个节奏创造了生活本身。

我再次告诉你吧：生活是循环往复的，生活中的一切亦是如此。这个循环是来和去，来和去。是一体和分开，一体和分开。

一样东西即便断开了，它也永远是一体的，因为它无法真的分开，只不过是变得更大了而已。因此，一样东西即便显得与一体分开，它仍是一体的一部分，这意味着它根本就没有和一体分开。

你们整个宇宙曾经是紧密相连的，紧密程度超乎你们的想象；它原本只是一个密实的小点，比这句话末尾的句号还要小无限多倍。后来它爆炸了，却不曾真的分离，而只是变得更大了而已。

神无法分解其自身。我们可以显得是彼此分离的，但我们其实都只是总体的一部分。等到重新结合的时候，我们将再次经验到我们本质上是一体的。

当你认为别人和你彼此分离时，请深深地凝视他们。看穿他们的表

象。久久地凝视他们之后，你将会看到他们的本质。

然后你将会遇见你自己，就在那里等着。

当你认为世界上有些东西——比如说大自然的一部分，或者其他生命——和你彼此分离时，请深深地凝视它们。看穿它们的表象。久久地凝视它们之后，你将会看到他们的本质。

然后你将会遇见你自己，就在那里等着。

到时你将明白万事万物是一体。随着你的一体意识日渐增强，苦难与悲伤将会从你的生活中消失，因为苦难是分离引起的反应，悲伤则是对分离信以为真的结果。然而分离是虚假的幻象。它只是显得非常真实而已。它不是绝对真实的。真实的分离，无论是与任何人还是任何事物，根本就不可能存在。分离是一种幻觉。这是一种神奇的幻觉，因为它让你能够经验团聚的欣喜，但归根到底仍是幻觉。

像匠人使用手上的工具那样去使用分离的幻觉吧。用这件工具去制造你和万事万物全然合一的经验，用这件工具反复地再造那种经验。

当你在目光所到之处都只看见自己，那么你就是通过神的眼睛去看这个世界。随着你的一体意识日渐增强，痛苦和失望将会从你的生活中消失。

请永远记住这句话。

随着你的一体意识日渐增强，痛苦和失望将会从你的生活中消失。

第四幻觉，亦即匮乏的幻觉，可以用来经验你的富足。

神是富足的，你也是。从前在伊甸园里，你拥有一切，只是自己并不知道。你曾经验到生命是永恒的，但那无关紧要。你对此不以为然，因为你不曾经验到别的。

伊甸园是一个神话，但这个故事传达的确是一个伟大的真相。如果你拥有一切，却不知道自己拥有一切，那么你等于一无所有。

唯一能够让你认识到拥有一切意味着什么的办法，是让你在某些时刻缺少某些东西。于是匮乏的幻觉出现了。

你的匮乏其实是一种福祉，借助匮乏，你才能认识和经验你真实和完全的富足。然而要拥有这种经验，你必须走出匮乏的幻觉——也就是

识破它的本质，然后远离它。

下面是走出匮乏的幻觉的办法：每当在身外发现匮乏，你就去消除它。因为幻觉总是存在于你的身外。所以，如果看到身外有匮乏，去消灭那种匮乏。

如果你看到有人饥肠辘辘，去喂饱他们。如果你看到有人衣不蔽体，去给他们衣服。如果看到有人居无定所，去给他们地方住。然后你将会经验到自己根本什么也不缺。

无论你拥有的东西多么少，你总能找到比你拥有得更少的人。去找那些人吧，将你富余的东西送给他们。

你要努力做的不是领受者，而是施予者。你想拥有什么，就让别人拥有什么。你想经验什么，就让别人经验什么。通过这么做，你将会忆起这些东西其实你一直都有。

这是“你希望别人怎样对待你，就怎样对待别人”的真谛所在。

别到处问，我们吃什么呢，我们喝什么呢。看看天上的飞鸟吧。它们既不耕种，也不收获，更不把粮食屯到仓库里，然而它们依然有东西吃。你们的忧虑能给生活增添一样东西吗？

也不要问，我们穿什么衣服呀。想想原野里的百合花是怎么生长的吧。它们既不纺，也不织。然而我告诉你们，哪怕盛装打扮的所罗门，也不如一朵百合花雍容华贵。

所以啊，你们首先要找到天国，其他一切将会随之而来。

怎样才能找到天国呢？办法是把天国送给别人。你们要成为天国，让别人在你们这里找到庇护和力量。你们要把天国和它所有的福祉送给每一个你们接触到的人。因为你付出了什么，就会变成什么。

请永远记住这句话。

你付出了什么，就会变成什么。

第五幻觉，亦即资格的幻觉，可以用来经验你无需做任何事也能认识和经验你的真实身份。

唯有做过那些你觉得为了过上好生活必须做的事，你才能彻底明白其实没有哪件事是你非做不可的。

去问那些年纪很大的人。去问那些毕生谨小慎微、循规蹈矩的人。他们将会给你四个字的忠告：

“打破规则。”

他们毫不犹豫。他们清楚而迅速地给出建议。

“不要墨守成规。”

“不要害怕。”

“听从自己的心。”

等到生命结束的时候，你将会知道，你做过什么事并不重要——重要的是在做那些事的时候，你的状态是什么样的。

当时你快乐吗？你友善吗？你感激吗？你对别人体贴、怜悯和周到吗？你慷慨吗？你和别人分享了吗？最重要的是，你怀着爱吗？

你将会明白，影响你的灵魂的，不是你做过的事情，而是你有过的状态。你也将会明白，归根到底，你的灵魂才是真正的你。

然而，当你和你的身体在一起的时候，资格的幻觉，也就是那种认为有些事你非做不可的观念，可以激励你的精神。只要你在某种层面上明白它只是幻觉，没有人必须去做他们不想做的事情，那么它是很有用的。

对大多数人来说，这个真相既让他们感到无比的自由，又让他们感到无比的害怕。他们害怕的是，如果人类真的可以只做他们愿意做的事，那么真正需要完成的事反而没人做了。

谁来把垃圾搬走呢？

这可不是开玩笑的。

谁来做那些没人愿意做的事呢？

这就是他们害怕的问题。这些人以为，如果可以自己做主，没有谁愿意去做那些维持生活运转所需的任务。

这种害怕毫无根据。其实人类是非常神奇的生灵。在没有规章、制度、要求的社区里，仍然有许多人愿意去做那些需要完成的任务。实

际上，不愿意做的人反而很少，因为他们会因为自己没有做出贡献而感到浑身不自在。

这就是没有规章、制度或要求时将会发生的变化。发生变化的不是做什么事，而是做事的原因。

人们做事的原因将会改变。

人们去做一些事，不是因为他们听说这些事非做不可，而是因为他们选择了去做，因为做这些事表明了他们的身份。

这其实是人们做任何事情唯一真实的理由。但它翻转了整个先做事后存在的模式。在人类发明的这个模式里，一个人先做某件事，然后才能进入相应的存在状态。在新模式里，一个人先处于某种存在状态，然后再去做相应的事。

一个人是快乐的，然后去做一些快乐之人会做的事。一个人是负责任的，然后去做一些负责任之人会做的事。一个人是友善的，然后去做一些友善之人会做的事。

一个人做了负责任的事，未必会成为负责任之人。一个人做了友善的事，未必会成为友善之人。这只会导致憎恨（“我做了那么多！”），因为它预设做过的一切事都会有回报。

而这正是你们心目中天堂应有的功能。

在你们看来，天堂是永恒的回报，只要在地球上做了应该做的事，而且没做那些不该做的事，你们就能得到这个回报。所以你们决定，那些从来没做过好事，而且做了不该做之事的人，另有一个地方给他们去。你们管这个地方叫作地狱。

现在我要告诉你们：没有地狱这种地方。地狱是一种存在状态。它是与神分离的经验，它是一种认为你和自己分离而且无法团聚的想象。地狱是永远试图找到你的自我。

你们所谓的天堂，也是一种存在状态。它是对一体的经验，是与太极重新合一的欣喜。天堂是对真我的认识。

天堂没有准入资格。那是因为天堂不是一个你们可以进去的地方，它是一个你们永远身在其中的地方。然而你们可以处在天堂（与万物合一）而不自知。其实你们大多数人都是这样的。

这可以改变，但不是借助你们所做的事。它只能通过你们的存在状态得到改变。

这就是“没有什么事情是你必须做的”这句话的意思。没有事情需要你们去完成，只有状态需要你们去进入。

你们唯一要进入的状态是合一。

神奇的是，本来你以为要得到回报，你不得不努力工作，不得不去做一些你不愿意做的事，而当你和万物合一之后，你将会积极主动地去做所有这些事情。你将心甘情愿地对别人和为别人做那些你本来只愿意对自己和为自己做的事。你将不会对别人做出你不愿对自己做的事。当你和万物合一，你将会实践世间没有“别人”的观念。

然而连合一也不是“资格”。因为你不必取得你本来就有的东西。如果你拥有一双蓝眼睛，没人能逼你拥有一双蓝眼睛。如果你身高六英尺，没人能逼你非六英尺高不可。如果你和万物合一，没人能逼你处于合一的状态。

因此，资格这种东西是不存在的。

资格并不存在。

谁来设定资格呢？又有谁应该取得资格呢？天地间唯有神。

古往今来，天上地下唯有我，没有别的东西。

唯有利用资格的幻觉，你们才能发现其实没有什么事情是非做不可的。如果你们什么也没有，只有无需取得任何资格的自由，那么是无法认识和经验这种自由的。于是你们开始想象有些资格是你们非取得不可的。

你们的想象力非常丰富。你们创造出一个神，这个神命令你们必须完美无瑕，勒令你们前去找他只能通过一条特定的路和一些特定的仪式，而且把所有这些都描绘得很详细。你们说的话、做的事都必须完美无瑕。你们必须按照特定的方式去生活。

创造出你们必须获取这些资格才能得到我的宠爱的幻觉之后，你们开始经验到明白无需取得任何资格所带来的难以形容的欢乐。

你们明白这个道理，因为你们发现，地球上有些人不管是否做了“应该做的事”都能得到回报。你们想象中的阴世的回报亦是如此。然而

你们在阴世的经验并不是一种回报，而是一种结果。它是生命这个自然过程的自然结果。

等到明白这个道理以后，你们终将明白什么是自由意志。

到时候，你们将明白你们的真正本质就是自由。你们将不再混淆爱与资格，因为真正的爱没有任何要求。

请永远记得这句话。

真正的爱没有任何要求。

第六幻觉，亦即审判的幻觉，可以用来经验一个从不审判的你和一个从不审判的神是多么的神奇。

你们选择了创造审判的经验，是为了经验一个从不审判的神有多么神奇，也是为了明白审判在神的世界里是绝不可能存在的。只有去感受审判自己造成的悲伤和毁灭，你才能真正地明白，它绝对不是爱会引发的事情。

正是在别人审判你的时候，你才最清楚地意识到这一点，因为没有什么比审判更伤人。

如果那些审判你的人是错误的，你会受到很深的伤害，可是如果那些人是正确的，你受到的伤害会更深。正是在这样的时候，别人的审判划出了深深的创口，撕碎了你的灵魂。你只要经验一次，便知道审判绝不会是爱的产物。

在创造这个虚幻世界的过程中，你们制造了一些社会，这些社会不但接受审判，而且还期待审判。你们甚至围绕审判的观念构建了整个所谓“司法”系统，容许别人来判断你们到底是“负罪”还是“清白”。

我告诉你们吧，在神的眼里，没有谁是有罪的，每个人永远都是清白的。这是因为我看到的比你们多。我的眼睛能看出来你们为什么有那些观念，为什么说那些话，为什么做那些事。我的心知道你们只是产生了误解而已。

有人曾经得到我的启发，写下了这句话：“没人会做任何与自己的世界观相悖的事。”这句话说出了一个伟大的真相。还有人曾经得到我的启发，写下了这句话：“愧疚和害怕是人类仅有的敌人。”这句话也说出了一个伟大的真相。

在高度进化的社会里，没有哪个成员会遭到审判，或者因为任何事被定罪。旁人只会观察他们都做了些什么事，让他们明白他们的行为会有什么后果和影响。然后他们想做什么都可以自己决定。社会中的其他成员也是想做什么都可以自己决定。他们从不彼此报复。其实他们压根就没有惩罚这个观念，因为惩罚这个观念本身对他们来说是不可理解的。太一怎么会想要伤害自己呢？如果太一做了某些破坏性的事，它怎么可能想要再次伤害自己呢？再次伤害自己如何能够弥补第一次伤害造成的破坏？那就像把自己的脚指头切下来，然后用伤脚猛力去踢硬物以示报复。

当然，在不认为其自身是整体、也不认为其自身与神合一的社会里，这个比喻毫无意义。在这样的社会里，审判是理所当然的。

审判和观察不同。观察是纯粹地去看，去直视事情是怎么发生的。而审判则是推断，是认定某些别的事情必须怎样，因为观察到的事情是这样。

观察是见证。审判是推断。它是给观察到的事实加上了“因而”。这个“因而”实际上使得原本陈述事实的句子变成了判决——而人们在下这种判决的时候往往毫不留情。

审判割裂灵魂，因为它将一个虚假身份烙在你的精神上，忽略了更深的实在。

我永远不会审判你。因为即便你做了某件事，我对那件事的观察只会是对事情如何发生的直视。我不会对你的身份下任何结论。实际上，要对你的身份下结论是不可能的，因为你永远处于一个不停地创造自己的过程中。你是一件尚未完工的作品。你还没有完成创造自己——也永远不会完成。

你从来不是上一刻的你。在我眼里，你不是从前的你，而是你现在选择要成为的你。

我曾经启发某个人写下这段话：你在一个包含无限可能的场域里不断地创造自己。你依照对自己的身份曾有过的最伟大的憧憬，不停地再造全新的自己。你在每时每刻重生。其他所有人也是如此。

明白这个道理以后，你将会发现，审判自己或者审判别人是毫无意义的。因为你审判的东西，甚至在你审判它的刹那间，已经不复存在。甚至在你对它下结论的时候，它便已经结束了。

到时你将永远不再相信神会做出审判，因为你知道爱从不审判。随着思想境界的提高，你将会彻底明白自我创造永不停止这个真相。

请永远记得这句话。

自我创造永不停止。

第七幻觉，亦即天谴的幻觉，可以用来经验你只应得到称赞、不应得到谴责的事实。这个道理你无法理解，因为你在天谴的幻觉中已经陷得太深。然而，如果你时时刻刻生活在称赞之中，你将无法经验它。称赞对你来说将毫无意义。你无法认识到它是什么。

称赞如果无所不在，那么将会失去它的光辉。然而你们却把这个觉悟发挥到极致，将缺陷和天谴的幻觉提升到了新的高度，竟然开始相信称赞是错误的，尤其是自我称赞。你们既不能称赞自己，也不能发现（更别说大声宣布）你们的身份是多么辉煌。而且你们必须吝于称赞别人。总之你们得出的结论是，称赞是不好的。

天谴的幻觉也是你们声称你们和神都会变得残缺的宣言。事实当然正好与此相反，但如果没有别的现实，你们无法认识这个真相，也无从经验它。于是你创造了另一种现实，在这种现实中，你们和神可能变得残缺，而天谴正好证明了这一点。

我在此重申，那种认为你们或者神会变得残缺的观念是一种幻觉。如果神是万物（的确如此），如果神是至强（的确如此），如果神是至尊（的确如此），那么神是不可能受伤或者受损的。如果你们是依照神的形象和模样造出来的（的确如此），那么你们也不可能受伤或者受损。

天谴是一种工具，你们创造它，是为了经验这个神奇的真相，因为只有在天谴的背景当中，这个真相才有意义。“残缺”是每天从十大幻觉演变而来的许多幻觉之一。第一幻觉（神和你们需要某些东西）创造了残缺的幻觉——如果你们得不到自己需要的东西，神和你们将会受到伤害或者损坏。

这为报复奠定了完美的基础。报复可不是小幻觉，而是非常大的幻觉。

最能体现人类想象力之丰富的，莫过于地狱存在的观念。这种观念认为神在宇宙间设定了某个地方，专门用来惩罚那些没有遵守他的法律的人。

世界各地教堂的墙壁和天花板上画着可怕而残忍的图像，描绘着这个恐怖之地。许多教义答问课本和主日学手册也有同样让人郁闷的插图，小孩子看到都吓坏了。

虽然过去几百年来，善良而虔诚的信众对此类图像蕴含的信息深信不疑，但这些信息其实是虚假的。所以我启发了教皇约翰·保罗二世，让他在梵蒂冈的教皇接见大会（1999年7月28日）上说："不能让圣经图像遭到滥用，引起思觉失调或焦虑。"《圣经》对地狱的描述是象征性和比喻性的。

我还启发这位教皇说，《圣经》提及的"永不熄灭之火"和"炙热的烤炉"指代的是"人们在生活中因为不信神而产生的挫败感和空虚感"。他解释说，地狱是一种与神分离的状态，这种状态不是一个睚眦必报的神引起的，而是人们自己招致的。

报复或者惩罚任何人并非神的功能，这位教皇向他的听众澄清了这一点。

不过，认为神会处罚凡人的观念向来是一个有用的幻觉。它创造了一个背景，让你们能够经验各种各样的事情和存在的许多属性。

比如说恐惧，或者宽恕，还有同情和仁慈。

遭到谴责的人最能明白什么是仁慈。施加谴责或者给予宽恕的人也是。

宽恕其实是爱的一种表现形式，经验它对你们人类来说是有好处的。只有年轻原始的文明才会经验到宽恕（先进文明不需要宽恕，因为它们明白没有谁会受伤害，所以宽恕是多余的），但它在进化的背景——亦即各种文明成长的过程中具有巨大的价值。

宽恕让你们能够治愈一切你们认为外界施加给自己的创伤，无论那些创伤是心理的、情感的还是灵性的，有时候甚至包括肉体的。宽恕是伟大的治疗师。宽恕真的能给你们带来健康，也能给你们带来幸福。

一直以来，你们很好地利用了天谴的幻觉的这种功能，在你们的个人生活中和整个人类历史上创造了许多让宽恕得以表现的时刻。你们经验到的宽恕是神圣之爱的一种属性，让你们越来越接近爱和神本身的真相。

许多关于宽恕的故事都曾让你们更加接近爱与神的真相，其中最著名的莫过于耶稣的故事，他曾经宽恕了身边十字架上的那个人 [1] ，揭

示了这个永恒的真相：神的追随者不会受到天谴。这意味着没有人会遭受天谴，因为每个人归根到底都是神的追随者，不管他们是否这样称呼自己。

地狱是与神分离的经验。然而无论是谁，只要愿意，随时都能结束这种经验。只要产生与神团聚的愿望，便能与神团聚。

这句话非常重要，我要重复一遍。

只要产生与神团聚的愿望，便能与神团聚。

宽恕从来不是必需的，因为神本身便是世间万物，神永远无法真正地得罪或者冒犯其自身。高级文明懂得这个道理。谁来宽恕谁呢？有什么事需要被原谅呢？

手会宽恕踢到其自身的脚趾吗？眼睛会宽恕耳朵吗？

手倒是会抚慰脚趾。手会抚摸脚趾，治疗它，让它康复。但它需要宽恕脚趾吗？又或者说，在灵魂的语言里，宽恕不过是抚慰的另一种说法？

我曾经启发某个人写下这句话：爱意味着永远不必说抱歉。

当你们的文明也明白这个道理，那么在灵魂“踢痛脚趾”的时候，你们将永远不再谴责自己或者别人。你们将永远不再相信神是睚眦必报的，不再相信神会因为你们做了一些比弄疼脚指头还微不足道的事情就大发雷霆，用永恒的酷刑来折磨你们。

到时候，你们将永远放弃那种认为神会施加责罚的观念，因为你们将会明白，爱永不谴责。然后你们也将不再谴责任何人或者任何事，而是遵从我的训示：别审判，别谴责。

请永远记住这句话：

别审判，别谴责。

第八幻觉，亦即条件的幻觉，可以用来经验你自己无条件存在的属性——正是因为这个属性，你才能够无条件去爱。

你是不受任何条件约束的生灵，然而你无法认识到这一点，因为你无论处在什么境况之中，都是无拘无束的。所以你对此无能为力。

真的。你没有办法做任何事情。你只能存在。然而纯粹的存在并不能满足你。于是你创造了条件的幻觉。这种观念认为，你的一部分——生活的一部分，神的一部分的存在依赖于其他部分。

这是由分离的幻觉派生出来的，而分离的幻觉则来自需求的幻觉，也就是第一幻觉。其实幻觉只有一个，其他幻觉都是第一幻觉派生出来的，这一点我已经讲过许多次。

条件的幻觉催生了你们所谓的相对性。比如说热和冷不是对立的，而是相同的东西，只不过所处的条件不同而已。

万物皆一物。宇宙间唯有一种能量，这种能量你们称之为生命。你们也可以用“神”这个字来取代“生活”。你们所谓的条件，其实是这种能量特定的、个别的振动。在特定的条件下发生，特定的事情会发生，而且在你们看来显得是真实的。

例如，在特定的条件下，上即是上，下即是下。但你们的宇航员到了外太空之后却发现，“上”和“下”的定义消失了。你们眼中的真相因为条件的改变而发生了变化。

条件的变化引起了真相的变化。

真相这个词无非意味着“事实现在如此”。然而“事实”是永远变化着的。因此真相也是永远变化着的。

你们的世界已经展现了这一点。你们的生活也已经展现了这一点。

实际上，生活的过程也时刻变化着。简单来说，生活即变化。

神是一个过程。不是一个存在，而是一个过程。

这个过程被称为变化。

你们有些人也许更喜欢进化这个词。

神是进化的能量，或者说是自在之物。

自在之物无需任何条件就能存在。生活只是单纯地展开；为了定义、描述、量化和测量它，也为了控制它，你们给它设定了各种条件。

然而生活没有条件。它是自在的。生活是世间存在的一切。

我是自在者。[2]

现在你也许第一次完全理解了这句古老而神秘的话。

当你明白必须有条件的存在，你才能经验到无条件性（也就是说，你才能认识神），你将会祝福生活中的各种条件，以及每一种你经历过的境况。这些条件让你经验到你比它们都要大，比它们加起来还要大。你的生活已经展示了这一点。

仔细想一下吧，你会发现确实如此。想象一种你曾身处过的条件，一种你曾以为制约了自己的条件。难道你不曾超越那种条件，并发现自己已经克服了它？其实你根本不曾克服它。它从来不曾制约你。你只是抛弃了自以为受这种条件制约的观念。你发现自己比它更大，和它不一样。

“我不是我的条件，”你或许已经这样说过，“我不是我的残疾，不是我的工作，不是我的财富或者贫穷，我不是这个。这不是我的本质。”

那些说过这句话的人在他们的生活中制造了非凡的经验和非凡的结果。他们因而利用了条件的幻觉，依照他们对自己的身份曾有过的最伟大的憧憬，创造了全新的自己。

正是由于这个原因，有些人的生活条件虽然在别人看来很糟糕，他们反倒觉得自己很幸运。因为他们拥抱这些条件，认为这些是伟大的礼物，让他们能够看见和宣布他们的存在的真相。

祝福生活的条件能改变它们。因为你说它们的本质和它们的表象不是一回事，正如你说你的本质和你的表象不是一回事。

正是在这个时候，你开始主动去创造而非只是被动看着生活的各种条件和境况，因为你将会明白，你过去一直是每一种条件的察觉者和定义者，今后也将永远如此。别人察觉为贫困的条件，你可以察觉为富裕。别人定义为溃败的境况，你可以定义为胜利（只要你决定每次失败都是成功）。

因而，你将经验到你自己便是每一种条件的创造者，或者毋宁说是“想象者”，因为真正的条件是不存在的。

到时你将不再为了你所过的生活而抱怨生活中的任何人、任何地方或者事物。你的整个经验——过去、现在和未来——将会改变。你将明白其实你从来不曾受到外界的伤害；领悟这个道理有助于你的成长。最终你将意识到人世间没有受害者。

请永远记住这句话。

人世间没有受害者。

第九幻觉，亦即等级的幻觉，可以用于经验世上没有哪样东西比其他东西高级，同样地，也没有哪样东西比其他东西低级。一切皆是平等。然而，如果人世间只有平等，你无法认识一切皆是平等。

如果一切是平等的，那么没有什么东西是平等的——既然宇宙间唯有一样东西，而这样东西和自身是平等的，所以“平等性”这个观念本身无法得到经验。

一样东西无法和它自己“不平等”。如果你拿起一样东西，把它拆分为几个部分，这些部分和整体是平等的。它们并不比整体低级，因为它们只是被拆分了而已。

然而不平等的幻觉让每个部分得以注意到自身是一个部分，而非把自身当成整体。如果不是彼此分离，你们无法看到自己是一个部分。你明白吗？除非想象自己与神分离，否则你无法感知到自己是神的一部分。

换句话说，你无法看见我，除非你后退几步看着我。可是，假如你认为你就是我，那么你无法后退几步看着我。所以你必须想象你不是我，这样才能经验到我。

你和神是平等的，你和神之间的平等是你渴望经验的。你不比神低级，根本不比任何东西低级，然而如果缺乏高级的东西，你无法认识和经验低级并不存在这个道理。因此你创造了等级的幻觉，以便认识到你和一切是平等的——也就是说，你不比任何东西高级。

你无法经验你和神的合一，除非在你所处的背景当中，分离是有可能存在的。你必须处于这个我们称之为幻觉的背景当中，才能明白真相存在于幻觉之外。你必须“入乎其中，超乎其外”。

同样地，你和神的平等，以及你和生活中所有人和一切东西的平等，是“不可经验的”，除非和直到你能明白什么是不平等。

正是由于这个原因，你创造了等级的幻觉。

等级观念还有另外一个益处。想象自己比各种生活条件和境况更高级，让你能够经验你拥有比任何这些条件和经验都要大的存在属性——这一点前面已经讲清楚了。

在面对负面的条件和境况时，你可以召唤你一个神奇的部分。你们有些人将这个部分称为勇气。因而，对于生活在物质领域这个更大幻觉之中的你们来说，等级的幻觉是非常有用的，因为它赋予了你们超越并克服负面境况的力量。

等到发现高低有别只是幻觉以后，你将会明白你没有哪个部分比整体更高级，因为你的每个部分都是整体。然后你将不会召唤勇气，你将会明白你就是勇气。你将不会召唤神，你将明白你就是你要召唤的神的一部分。

你既是召唤者，也是被召唤者。你既是改变者，也是被改变者。你既是创造者，也是被创造者。你既是开始，也是终结。你既是阿尔法，也是欧米伽。

那就是你，因为那就是我。你是依照我的模样和形象造出来的。

你就是我。我就是你。我化身为你，在你之内，通过你行动。我存在于你之内。

也存在于每个人、万事万物之内。

因此，你们没有谁比别人更高级。这是不可能的。然而你们创造了等级的幻觉，以便认识到你们自己和其他每个人的力量，认识到你们自己与神和其他人都是平等的、紧密相连的，认识到每个人与神和其他人都是平等的、紧密相连的。

然而我要告诉你们的是，如果你们人类想要避免痛苦和受难，等级的幻觉是非常危险的。

我已经告诉过你们，只要经验到自己和每个人、和神的合一，你们就能避开痛苦和受难。等级的幻觉恰恰否认了这种合一，甚至创造了更大的分离。

高低有别是人类所有观念中最具诱惑性的。当你们自以为比其他人高级的时候，它让你们产生良好的感觉。然而如果有人宣称比你们高级，它又会让你们感觉特别糟糕。

你们要提防这个幻觉，因为它十分强大。你们必须深刻地、全面地认识它。正如我已经向你们展示的，在相对经验的世界里，等级的观念可以是一件宝贵的礼物。它真的可以给你们带来力量和勇气，让你们能够认识和经验到你自己其实大于你的境况，大于压迫你的人，大于你心目中的自己。然而它也可能是有害的。

甚至连宗教，这种原本用来让你们更接近神的人类体制，也常常把等级观念当作它们主要的工具。许多宗教曾宣称：“我们的宗教比其他宗教更高级。”因而，它们非但没有让人类在接近神的道路上紧密相连，反而让他们彼此更加疏远。

许多国家、民族、种族、性别、政治党派和经济体制，都宣称自身比较高级，以此吸引注意、尊重、合约、忠诚、权力，或者只是为了吸引成员。它们用这种工具制造出来的东西可一点也不高级。

可惜人类的绝大部分对此视若无睹，或者很奇怪地缄口不言。这些人无法看到他们自身各种基于等级观念的行为实际上产生了无数低级的后果。又或者他们确实看到了，但拒绝承认。于是他们陷入了一个循环：总是自称高级为自己的行为辩护，然后又深受这些行为产生的低级后果之害。

有一种办法可以打破这个循环。

那就是认识到等级观念其实是一种幻觉。理解和认识到我们所有人是一体。人类，和生活中的一切，是一个统一场。万事万物皆是一体。因此，你不比任何东西高级，也没有任何东西比你高级。

这是生活经验最本质的真相。郁金香比玫瑰高级吗？山比海气派吗？哪片雪花是最华美的呢？有没有可能所有雪花都很华美，一起庆祝它们的华美，展示了一幅惊人的美景？然后它们融化了，彼此合为一体。但是它们不曾离开。它们不曾消失。它们不曾停止存在。它们只是改变了形式。它们改变了不止一次，而是好多次：从固态到液态，从液态到气态，从有形到无形，再次上升，然后再次化为新雪飘下来，继续展示摄人心魄的美丽和神奇。这就是生活，生生不息的生活。

这就是你。

这个比喻是完整的。

这个比喻是真实的。

你只要决定这个说法是真的，并依照它去行动，就能真实地拥有相同的经验。你将发现你接触过的每个人是那么的美丽和神奇。因为你们每个人都是神奇的，然而没有一个人比其他人更神奇。终有一天，你们所有人将融为一体，然后将会明白你们共同构成了一条小溪。

明白这个道理将会彻底改变你们在地球上的经验。它会改变你们的政

治、经济、社交和教育后代的方式。它终将让你们把地球变成天堂。

认识到高人一等只是幻觉以后，你们将会明白低人一等也是幻觉。然后你们将会感受到与他人平等、与神平等的神奇和力量。你对自己的定义将会变得更大，等级的幻觉存在的价值将会得到实现。因为你对自己的定义越大，你的经验就越大。

请永远记住这句话：

你对自己的定义越大，你的经验就越大。

第十幻觉，亦即无知的幻觉，让你们误以为自己不知道所有这些；刚刚说过的每一句话，你们全都闻所未闻，而且你无法理解。

这个幻觉让你们能够继续生活在相对领域里。然而你们不必继续过着一直以来的这种生活，不必承受着痛苦和灾难，不必自我伤害和彼此伤害，不必总是等啊等，等待更好的日子来临，或者等待你们在天堂中的永恒回报。你们其实可以生活在天堂的花园里。你们从来不曾被放逐。我绝对不会那样对待你们。

你们知道这一点。在内心深处，你们已经知道了这一点。你们也知道所有人是一体，所有生命也是一体。你们还知道一切都是平等的，爱是不讲条件的。你们知道所有这些，还有更多，这种认识深深地藏在你们的灵魂里。

无知是幻觉。如果明白它其实是虚幻的，如果明白你不是真的不知道，你就能很明智地使用这种幻觉。你知道……你知道你其实是知道的。

这是所有大师都说过的话。

他们知道他们知道，并且利用这种认识去对付他们自愿置身其中的虚幻世界，而不是被这个虚幻世界所蒙蔽。这让他们在你们的世界里显得像魔术师，能够轻而易举地创造和利用生活的一切幻觉。

“不知道”这个幻觉很神奇，也很有用。它让你们能够再次知道，再次学习，再一次忆起。它让你们能够重新经验生活的循环。它让你们能够变成一片雪花。

正是这种你们不知道的幻觉，让你们可以知道自己知道了些什么。如果你知道一切，而且知道你知道一切，那么你什么也无法知道。

深深地注视这个真相，你将会理解它。

然后把幻觉送给自己，告诉自己你并不知道某些事情。随便什么事情都可以。到时候你将经验到其实你对它并非一无所知，而你已经知道的，将突然显露在你眼前。

这就是谦虚的神奇之处。这就是“有些事情我不知道，要是知道了将会改变一切”这句话的力量所在。这句简单的话能够治愈整个世界。

谦虚将会带来辉煌。

你们的神学要取得进步，没有比谦虚更好的工具。我曾启发某个人说过，这个世界需要的只是一点点“谦虚的神学”。别那么自信地以为一切你们都知道，要更加热切地去探索，去承认有些事情是你们还不知道的——知道这一点将会改变一切。

我再说一遍，不知道通往知道。而知道一切导致什么也不知道。

这就是无知的幻觉何以如此重要的原因。其他幻觉也是如此。它们是你经验你的真实身份的钥匙。它们打开从相对领域通往绝对领域的大门。通往一切的大门。

然而，如果无知的幻觉摆脱你的控制，如果它变成了你总体的经验，变成了你当下的现实，那么它再也不能给你带来好处；其他九个幻觉也是这样。到时候你就像一个忘记自己的手法的魔术师。你变成了一个被自己的幻觉愚弄的人。然后你将需要得到他人的“拯救”，那些识破幻觉的人将会唤醒你，让你忆起你的真实身份。

这个灵魂将会是你真正的救主，而你也可以是别人真正的救主，只要提醒他们的真实身份、让他们找回自己就可以了。“救主”无非是“提醒者”的同义词。它指的是那个提醒你、让你的思想焕然一新的人，是那个让你忆起自己是神之身体的组成部分的人。

去为别人做这件事吧。因为你就是今天的救主。你是我的宠儿，我对你非常满意。你是我派出来将其他人带回家的人。

因此你要走出幻觉，但别远离它。要带着幻觉生活，但别生活在幻觉之中。只要做到这一点，你就能做到入世但又超脱。你将会认识到你自己的魔法，而认识到这一点有助于你成长。你对你的魔法的定义将会变得越来越大，总有一天你将明白，你就是魔法。

请永远记住这句话：

你就是魔法。

当你使用无知的幻觉，不再活在这个幻觉之中，而是去使用它，你承认仍有许多东西你尚未知道（尚未忆起），然而这种谦虚的态度却能让你得到提升，让你理解更多、忆起更多和领悟更多。现在你是意大利人所说的cognoscenti，也就是“知道的人”了。

你记得你只是利用各种幻觉来创造一个局部化的背景场，在这个背景场中，你可以随意经验你的身份的诸多属性，而非仅仅是将这些属性概念化。你开始有意识地利用这个背景场，就像画家使用画笔那样，制造出神奇的画面，创造出强大而非凡的时刻——在这些恩宠时刻中，你可以经验地认识自己。

例如，如果想要经验自己是宽恕，你可以同时使用审判的幻觉、天谴的幻觉和等级的幻觉。你只要把这些幻觉投射在眼前，很快就能够在你的生活中找到（创造）那些给予你机会展示宽恕的人。你甚至可以加上失败的幻觉，将它投射在自己身上，以便强化那种经验。最后，你可以利用无知的幻觉，假装你不知道自己正在做这一切。

如果想要经验自己是同情或者慷慨，你可以同时使用需求的幻觉和匮乏的幻觉，创造一个让你可以表现这些神圣属性的背景场。然后你会发现自己走在街道上，遇到了乞丐。真奇怪，你对自己说，以前从来没有在这个街角遇见乞丐啊……

你觉得很同情他们，同情触动了你的心。你感到慷慨在心里涌动，于是把手伸进口袋，给了他们一些钱。

又或者正好有个亲戚打电话来找你借钱。每当这样的时刻，你可以选择你的任何属性。但这回你选择了善良、体贴和爱。于是你说：“没问题，你需要多少？”

但是要小心，因为如果不小心，你将无法理解为什么街头上的乞丐和电话那头的亲戚会走进你的生活。你将会忘记是你把他们放在那里的。

如果在幻觉中陷得太深，你将会忘记，你生活里的每一个人、每一个地方、每一件事都是你自己召唤而来的。你将会忘记他们来到你的生活，是为了创造出完美的境况和完美的机会，让你能够以一种特殊的方式认识自己。

你将会忘记我最伟大的教诲：我派到人间的都是天使。

那么在你的故事里，你也许会把我的天使当成天使。如果不小心，你将会在许多你生命中的恩宠时刻把自己当成受害者，因为这些恩宠时刻虽然都带有给你的礼物，但起初未必受到你的欢迎。

你也可以决定变成受益者，但和你最初选择的方式不同。比如说你可以决定，你想要经验的不仅是同情，还有权力和控制。那么你可以每天在相同的时间路过那个街角，施舍同一个乞丐，直到你们两个建立起一种仪式。你也可以继续给亲戚钱，每月寄一张支票，直到你们两个建立起一种仪式。

现在你处于控制地位了。你得到了权力。你通过剥夺他们的力量——真的，你拿走了他们再造自己生活的力量——来让自己感到光荣、满足和强大。突然间，如果没有你，他们就不行了。无论是乞丐还是亲戚，如果没有你就不行了，虽然他们在没有得到你帮助的情况下也在地球上生活了许多年。你已经破坏了他们的自主性，你在自己和他们之间创造了一种破坏性的关系。

看到他们在坑里，你非但没有扔一根绳子把他们拉起来，反而把绳子丢到坑里，然后自己也跳了进去。

所以在做任何事情的时候，要小心你的动机。要不停地审视你的计划。要仔细监控你正在经验哪一种存在属性。有没有一种办法可以经验到那种属性而又不会剥夺别人的能力？有没有一种办法可以忆起你的身份而又不用促使别人忘记他们的身份？

这是一些使用十大幻觉和它们下面无数小幻觉的办法。现在你明白了，现在你理解了，现在你忆起了幻觉应该怎样使用。

请记住前面说过的话。其实你不必在当前使用幻觉，也能创造出一个背景来经验你的更高属性。先进的生灵不仅踏出了幻觉，而且还远离它们。也就是说，他们把幻觉丢在身后，只是利用对幻觉的记忆来创造那个背景场。

但无论你使用幻觉是以记忆的形式，还是以当前具体的形式，你每天都在应用它们。然而，如果你不是有意识地使用幻觉，如果你不知道你一直在创造它们，不知道你为什么要这么做，你可能会以为自己是生活的后果，而不是事情的起因。你可能会以为生活是外界强加给你的，而不是你主动发起的。

这就是你尚未知道的道理，知道这个道理将会改变一切：

在你的生活中发生的一切，其实都是你造成的。

走出幻觉以后，你将彻底明白这个道理。当你经验到与神合一，你浑身每一个细胞都将经验到这个道理。

这正是灵魂所渴望的。这正是生活中的一切的终极目标。你走在通往大师境界的道路上，将要回到与神合一的状态，到时你将明白，神的神奇和光辉就在你的灵魂之中，在直至永远的无数次转世轮回中的一百万个时刻，以一千种方式，通过你、化为你而表现出来。

[1] 参见《圣经·路加福音》23:32-43 。

[2] 即I am that I am，出自《圣经·出埃及记》3:14。

## 16.再造现实

在通往永恒、迈向大师境界的路上，你将发现自己在生活中要面对许多不同的境况和发展阶段，其中有一些是你所不欢迎的。在这样的时刻，你千万不要像绝大多数人一样，他们做的第一件事是想办法弄清楚那到底意味着什么。

有些人认为事情的发生必定有原因，所以他们试图弄清楚原因是什么。还有人说某些事情是“征兆”。于是他们想要知道那种征兆泄漏了什么天机。

这两种人的动机是一样的，就是想明白他们生活里的事件和经验有什么意义。但其实所有事情根本没有任何意义。生活里的遭遇和经验没有隐藏的真相。谁把真相藏起来呢？为什么要藏起来呢？

如果真的有什么东西需要你们去发现，把它放在显眼的地方不是更有效率吗？如果神真的有什么话要对你们说，为什么要把它变成一个你们必须予以破解的秘密呢？直截了当地告诉你们不是更方便、更友善吗？

实际上，一切事物都是没有意义的，除非你去赋予它意义。

生活是无意义的。

这对许多人来说难以接受，然而它却是我最大的礼物。通过让生活变得无意义，我给了你们机会去决定生活中的一切的意义。你们可以定义自己和一切事物的关系。

实际上，这意味着你们可以去经验你们心目中自己理想的身份。

这就是自我创造，是依照你对自己的身份曾有过的最伟大的憧憬，去再造全新的自己。

所以当一件事情发生在你们身上，不要自问它何以发生。去选择它发生的原因。去决定它发生的原因。如果你们不知道该怎么选择或决定，那就随便想一个。反正你们向来是这样的。你们总是杜撰出各种做事的理由，或者事情为什么会那样的原因。然而，在绝大多数时候，你们是无意识地这么做。现在请有意识地去做出你们的决定，有意识地过好你们的生活！

别再追问生活的意义，也别再追问任何事件或境况的意义。去给它意义。然后根据你和它的关系，去宣称和宣布、表达和经验、实现和变成你心目中理想的身份。

如果你是一个敏锐的观察者，你将会发现在生活中，你总是不停地将相同的境况带给自己，直到你再造了一个全新的自己。

这就是通往大师境界之路。

那些大师，以及走在通往大师境界路上的学生，他们知道世间一切无非幻觉，他们决定幻觉出现的原因，然后借助这些幻觉，有意识地去创造接下来将要经验的自我。

无论面对哪一种生活经验，有一道公式，一个过程，可以帮助你也走上通往大师境界之路。你只要说出下面这几句话就可以了：

1.在我的世界里，没有一样东西是真实的。

2.所有事物的意义都是我给予的。

3.我说我是什么人，我就是什么人；我说我的经验是什么，它就是什么。

这就是应对各种生活幻觉的方法。现在我们再来看看几个“现实生活”的例子，复习一下前面说过的一些道理，以便加深你们的理解。

面对需求的幻觉时，你可能会觉得你的经验特别真实。

需求会以两种伪装出现在你面前：你的需求，或者别人的需求。

当需求作为前者出现，它会显得较为紧迫。恐惧也许很快随之而来，这取决于你想象出来的需求的本质。

例如，如果正在想象你需要氧气，你可能会立刻感到恐慌。这是合乎逻辑的，因为你觉得你有生命的危险。唯有真正的大师，或者有过濒死经验、知道死亡并不存在的人，才有可能在这样的情况下保持冷静。其他人需要经过训练才能做到。

但这是有可能做到的。

悖谬的是，这时候能给你们帮助的恰恰是冷静。唯有冷静思考和行动，你才能得到平安的结果。

潜水者明白这个道理。所以他们学会了在呼吸不畅或者氧气耗尽时不要恐慌。其他一些人也学会了如何在非常紧迫、可怕的情况下避免张皇失措。

另外有些虽然没那么极端但足以威胁生命的情况也能引起恐惧。比如说得知自己患了绝症，或者遇到持械抢劫。但有些人在面对可能导致死亡的疾病时，甚至在面对威胁人身安全的暴力时，仍然表现得非常淡定。他们是怎么做到的呢？这是怎么回事呢？

这全都和视角有关。

我们在这里要讨论的正是这个——你看待生活的视角。

死亡其实是幻觉；领悟这一点能改变一切。死亡毫无意义，除非你赋予它意义；认识这一点让你能够决定它到底意味着什么。生活无非是一个重新创造的过程；理解这一点让你能够创造出一个背景场，在面临死亡的时候经验到你的真实身份。

耶稣做了这件事，震惊了整个世界。

其他人也曾做到过，他们面对死亡时的从容优雅震惊和启发了身边的每一个人。

在危及生命的经验的层面以下，需求这种幻觉的力量非常弱。

在肉体疼痛的层面以下，需求这种幻觉实际上毫无力量可言。

许多人，但不是所有人，很难应对肉体的疼痛。如果在他们感到疼痛的时候，有人说“这是一种幻觉”，他们可能会破口大骂。

真的，对许多人来说，疼痛——以及疼痛的可能性——比死亡更可怕。

然而这个幻觉也可以得到解决。在这次交流的早些时候，我谈到疼痛和受苦的区别。大师知道这种区别，那些识破生活的幻觉的人也都知道。

需求的幻觉暗示人类需要没有疼痛才能避免苦难，才能快乐。然而疼痛和快乐不是相互排斥的——许多生过孩子的女人可以作证。

免于疼痛不是一种需求，而是一种偏好。只要把需求放到偏好的层面上，你便能够获得非凡的力量，强大得足以制服当下的经验。

你甚至能够制服痛苦——因为足够强大，你可以忽略它，而它往往因此而消失。许多人已经展示了这一点。

对付肉身疼痛的层面以下的需求幻觉就更加容易了。

你也许以为你需要某个人才能快乐，需要某份工作才能成功，需要某些感情上或者肉体上的愉悦才能满足。这时候你也许希望注意到，虽然没有这些东西，但你仍好好地在这里。那么，你为什么觉得自己需要这些东西呢？

仔细想想，你就会发现其实你并不需要这些东西，没有这些东西不影响你生存，甚至不影响你快乐。

快乐是一个决定，而不是一种经验。

你只要决定快乐，就将会快乐，哪怕缺少了你以为你的快乐所需的东西。

这是你应该理解的几个重要道理之一。所以下面我要重述一遍。

快乐是一个决定，而不是一种经验。你只要决定快乐，就将会快乐，哪怕缺少了你以为你的快乐所需的东西。

你的经验是你的决定的结果，而不是它的原因。

巧合的是，爱也是如此。爱不是一种反应，而是一种决定。忆起这个道理意味着你已经走在前往大师境界的路上。

需求的第二个伪装是别人有需求。如果没有识破这个幻觉，你可能会让自己陷入一种困境，不断地想要满足别人的需求，特别是那些你爱的人，比如说你的孩子、配偶或者朋友。

这可能会导致你和接受帮助的人双方心怀不满，然后变成火冒三丈。悖谬的是，如果你持续满足别人——包括（也许尤其是）子女和人生伴侣——的需求，那么与其说你在帮助他们，毋宁说你削弱了他们的能力。这个道理前面也已经讲过。

当你看到别人有“需求”时，请容许你自己利用这个幻觉去表达那种你选择要经验的自我属性。也许你会选择所谓的同情、慷慨、友善或者你自己的富足，甚至选择所有这些——但要清楚的是，你做任何事都不是为了别人。请牢牢记住这句话：我做的每一件事，都是为了自己做的。

这又是一个你应该明白的重要道理。因此我会重复一遍。

我做的每一件事，都是为了自己做的。

这是神的真相，也是你的真相。唯一的区别是神知道这一点。

你只要对自己好，不需要对别的人好。因为世间万物都是自己。你和万事万物是一体，没有哪样东西不是你。当你明白这个道理，你对自私自利的定义将会改变。

面对失败的幻觉时，你可能会觉得你的经验特别真实。

失败会以两种伪装出现在你面前：你的失败，或者别人的失败。

当你面对貌似失败的境况，请立刻说出这三个终极真相：

1.在我的世界里，没有一样东西是真实的。

2.所有事物的意义都是我给予的。

3.我说我是什么人，我就是什么人；我说我的经验是什么，它就是什么。

这是三合一的真相，也就是所谓的圣三一。

决定你的失败经验的意义。选择将你的失败称为成功。然后面对这次失败，再造全新的自己。根据当下的经验确定你的身份。别问自己为什么得到这个经验。没有任何原因，除非你给它一个。

所以请做出这个决定：“我得到这个经验，是为了在成功的路上前进一步。这个经验是给我的一份礼物，我拥抱它，珍惜它，向它学习。”

别忘了我曾经说过，所有的学习都是回忆。

因此，为失败欢呼吧。地球上有些开明的企业确实是这么做的。这样的企业如果犯了“错误”，发现了“谬误”，或者经验了“失败”，老板会邀请每个员工来庆祝！那个老板明白我在这里告诉你的话——而他的员工也因此愿意为他效犬马之劳。员工什么都愿意做，因为老板已经创造出安全的环境和成功的氛围，让他们可以经验最好的自己和最强的创意。

面对分离的幻觉时，你可能会觉得你的经验特别真实。

分离会以两种伪装出现在你面前：你的“分离”，以及别人的“分离”。

你也许觉得和神特别疏远。你也许觉得和你的同类完全隔膜。你也许觉得其他人彻底隔离了你。这将会创造出一种比较小的幻觉，也就是孤独或压抑。

当你面对貌似分离的境况，请立刻说出这三个终极真相：

1.在我的世界里，没有一样东西是真实的。

2.所有事物的意义都是我给予的。

3.我说我是什么人，我就是什么人；我说我的经验是什么，它就是什么。

这将激发一个由三步骤组成的过程：

1.识破幻觉。

2.决定幻觉意味着什么。

3.再造全新的自己。

如果感到孤独，请认识到你的“孤独”其实是幻觉。请决定你的孤独意味着你和周围世界的主动接触不够多——在充满孤独者的世界里，一个人怎么可能孤独呢？然后选择再造全新的自己，让自己成为一个怀着爱与别人接触的人。

这样做三天，你的心情将会改变。这样做三个星期，你现在的孤独感将会消失。这样做三个月，你将永远不会觉得孤独。

到时你将明白，你的孤独其实全是幻觉，完全在你的掌控之下。

即便那些身陷囹圄或者卧病不起、与外界彻底隔绝的人，也可以通过改变内在现实来改变外在经验。这可以通过与神合一来实现，而本书正是要让你拥有与神合一的经验。因为一旦和内在的造物主相遇，你将再也不需要任何外在的东西来消除孤独的感觉。

古往今来许多神秘主义者和修道者，许多宗教团体和灵修者都证实了这一点。灵性交流以及与所有造物（也就是我）合一带来的狂喜，是

外在世界里任何东西都无法与之相提并论的。

真的，分离是一种幻觉。

所以，你要把一切当作幻觉，当作天赐的礼物，让你能够去选择和经验你的真实身份。

我们不妨用其他幻觉再来举几个例子（随便用什么幻觉都可以，因为公式是一样的）。

面对天谴的幻觉时，你可能会觉得你的经验特别真实。

天谴会以两种伪装出现在你面前：你遭受的谴责，以及别人遭受的谴责。

面对等级的幻觉时，你可能会觉得你的经验特别真实。

等级会以两种伪装出现在你面前：你比别人高级，或者别人比你高级。

面对无知的幻觉时，你可能会觉得你的经验特别真实。

无知会以两种伪装出现在你面前：你的“无知”，以及别人的“无知”。

你发现这里面的模式了吗？是不是我还没有告诉你，你就已经开始盘算如何好好地利用这些幻觉？

遇到别人的谴责时，你会忍不住想要去谴责别人。遇到你的谴责时，别人也会忍不住想要谴责你。

发现别人比你高级时，你忍不住会觉得自己更高级。别人发现你比他们高级时，也忍不住会觉得自己比你更高级。

你发现这里面的模式了吗？是不是我还没有告诉你，你就已经开始盘算如何好好地利用这些幻觉？

发现这个模式很重要。你们正是用这个模式支撑起你们自己的文化故事。而你们对地球现状的集体经验，也是由这个模式引起的。

你们不需要我再举更多例子，来说明怎样走出各种幻觉和利用它们。实际上，如果我继续给出一些具体的例子，你们将会变得依赖我。在面对“现实生活”、面对日常经验时，你们将会觉得自己无法理解或学

会如何再造全新的自己。

因而，你们将会开始祈祷。你们将会大声说："神啊，帮帮我吧！"然后，如果一切顺利的话，你们将会感谢我，否则你们将会诅咒我——好像我在满足一些愿望的同时，也拒绝了另外一些愿望……甚至更糟糕，我在满足一些人的愿望的同时，拒绝了其他人的愿望。

我告诉你吧，神的职责不是满足或者拒绝祈愿。我为什么要这样做呢？我能用什么标准呢？

你千万要明白的道理是，神不需要任何东西。

既然不需要任何东西，那么我就没有任何标准来决定你们是否应该得到某样东西。

那由你们自己决定。

你们可以有意识地做出决定，也可以无意识地去决定。

过去几百年来，实际上是过去几千年来，你们一直在无意识地做出决定。下面是有意识地去决定的办法：

1.识破幻觉。

2.决定幻觉意味着什么。

3.再造全新的自己。

使用上述方法的工具是说出下面这三个终极真相：

1.在我的世界里，没有一样东西是真实的。

2.所有事物的意义都是我给予的。

3.我说我是什么人，我就是什么人；我说我的经验是什么，它就是什么。

我之所以在这里和你交流，是因为你想要用人类的话语来阐释一些你在内心深处本能地理解的复杂观念。

这些观念你早已有过，它们是你自己的观念。如果不小心，你会以为它们是别人告诉你的，是别人的观念。这是一个幻觉。

一直以来，你们反复地将这个经验带给自己，让自己拥有这个经验。这是你们的回忆的过程。

现在你有机会让这些道理变成切身的经验，用全新的现实来取代你们的幻觉。这就是我前面说过的地球上的生命大转变。因而，我曾启发某个人说过：“于是道成肉身，从此生活在我们之间。”

# 第三部分
# 与内在造物主相遇

## 17.控制你的身体

要让前面说过的道理“道成肉身”，也就是让它们不再仅仅是文字，而是在物质世界中得到落实，你必须注意自己的肉身。

你与神的合一，与内在造物主的相遇，始于认识你的身体，理解你的身体，尊重你的身体，以及好好利用你的身体原定的机能。

要做到这一点，你首先要理解的是，你不是你的身体。你控制着你的身体，用你的身体生活，通过你的身体在物质世界里行动。但你不是身体本身。

如果你以为你是你的身体，你将经验到生活是身体的表达。当你明白你是你的灵魂，那么你将经验到生活是灵魂的表达。当你承认你的灵魂和神的灵魂是一体，那么你将经验到生活是唯一之灵的表达。

这将改变一切。

为了认识你的身体，理解你的身体，经验你的身体的最佳状态，你要努力好好和你的身体相处。爱护它，关怀它，倾听它。它会告诉你什么是真相。

记住，真相就是此时此刻的感受，而这是每一个身体都知道的。因此，要倾听你的身体正在对你说的话。要忆起如何去听。要看你的身体正在展现给你的迹象。要忆起如何去看。

不要只观察别人的身体语言，还要观察你自己的。

健康意味着你的身体、精神和灵魂达成了和约。当你不健康的时候，看看是哪一部分产生了龃龉。也许你的身体到了应该休息的时候，你的精神却不知道。也许是你的精神纠结于一些负面的、愤怒的想法，或者为明天担忧，所以你的身体无法放松。

你的身体会把真相展现给你。你只要观察它就可以了。留意它显露给你的迹象，聆听它正在对你说的话。

尊重你的身体。保持良好的身形。它是你最重要的物质工具。它是一件奇妙的工具，一件非凡的器械。就算你对它施加了难以形容的虐待，它也将尽力为你服务。但为什么要削弱它的效用呢？为什么要滥用它的系统呢？

我曾经告诉过你，每天冥想可以安抚你的精神，经验你和我的合一，现在我要告诉你另外一件事，那就是每天锻炼。

锻炼是身体的冥想。

它也能让你感受到与万物的合一。最能让你感到活力十足的莫过于锻炼。身体的运动会让你自然而然地感到情绪高涨。

用高涨来形容那种情绪是很贴切的。在和造物主紧密相连的时候，你当然处在很高的位置！如果你的身体健康，与生活合拍，你就能和造物主紧密相连。

你确实处在非常高的位置！

你的身体无非是一个能量系统。生命的能量在你体内流动。你可以引导这种能量。你可以控制它。

这种能量有许多名字。有人称之为气。它还有其他叫法。但名字虽然不同，本质却是相同的。

当你忆起如何感受这种能量，如何感受它的微妙和强大，你也将忆起如何控制它、引导它。有些大师能帮你做到这一点。他们来自许多不同的门派、文明和传统。

你自己也能做到这一点，无需外在的帮助，只要下定决心就可以。但如果你想找一个大师、老师或者上师来指导，最好知道怎样认出他们。

一个人是不是大师，可以通过他或者她教你与神接触、和造物主相遇的方式来判断。

如果他们朝你大叫大嚷，叱责你，告诉你说神存在于你的身外，比如他们的道理，他们的书本，他们的方式，或者他们的地盘，那么你就要小心了。千万要当心，要知道这些都是假的大师。

如果他们安静地请你到你内心寻找神，如果他们告诉你，你和我是一体，你不需要他们的真相，不需要他们的书本，不需要他们的方式，也不需要他们的地盘，那么你找到的是真正的大师，因为他会引领你找到你内心深处那位大师。

无论你用什么方法，参加什么课程，做什么运动，反正要保持良好的身形，维持最有效的身体机能，这样才能完成你今生要做的事情。

你今生要做的事情是去表达和经验你对自己的身份曾有过的最伟大的憧憬。如果你不是有意识地去经验那个，如果你觉得自己要完成的不是那件事，那么我在本书中跟你说的每一句话都是白说。它们将会变得毫无意义。

如果你很清楚地认识到，那就是你今生要做的事，那么这本书读起来就好像是你自己在跟自己说话。

你确实是在跟自己说话。

所以书中建议你锻炼身体也就不奇怪了。饮食方面你也要注意。其实你自己知道最好的饮食是什么；当你靠近各种食物，请仔细聆听你的身体，你立刻就能明白哪些该吃，哪些不该吃。

你只要把手放到食物上慢慢移动就知道了。你的身体将会立刻知道那种食物是不是有益于维持你的身体的机能，有助于实现你的灵魂的目标。你将能够察觉到内中的区别。你不需要去读饮食保健图书，不需要参加课程，不需要找人来当顾问或者给你建议。你只需要聆听自己的身体，然后遵从它的建议。

## 18.控制你的情绪

要通过与内在造物主相遇来实现与神合一，第一步是好好照顾你的身体，第二步是控制你的情绪。这很简单，只要明白情绪是什么就可以做到。情绪无非是移动的能量。

你可以控制这种能量，让它向上或者往下流动。

如果让这种能量往下流动，让它保持在最低处，那么你就制造出了消极的情绪。如果你让它往上流动，让它保持在最高处，那么你就制造出了积极的情绪。

愉快地锻炼身体能够让你的能量向上流动。在锻炼的时候，你提升了这种叫作气的能量的振动频率，将它变成一种从你身上散发出来的积极情绪。

冥想也可以提升一直存在于你的身体之内的生命能量。

锻炼和冥想的组合极其强大。如果这个组合变成你的灵性训练的一部分，你将有许多机会得到巨大的成长。

使用这个组合让你想起来你可以控制你的身体和情绪，因而能够随心所欲地经验你的身体和情绪。对绝大多数人来说，忆起这个会让他们大吃一惊。

情绪这种经验不是外界强加给你的，而是你自己主动选择的。可惜这个道理不是很多人会明白。

物质生活的外在因素和灵性生活的内在经验未必有什么关系。你不必毫无疼痛才能免于受苦。你的生活不必一帆风顺，才能让你感到安宁。

实际上，真正的大师在遇到波折和冲突时感到安宁，不是因为他们找到了避开波折和冲突的办法。

这种内心的安宁是所有生灵都在追寻的，因为它是所有生灵的本质。你将会永远追求经验你的真实身份。

只要明白你不是你的身体，你看到的东西没有哪样是真实的，那么无论外在的条件和因素如何，你都能够保持内心的安宁。

请记得你生活在十大幻觉之中。然后要理解这些幻觉的真相：是你创造了它们，以及它们派生出来的各种小幻觉，这样你才能决定和宣布、表达和经验、成为和实现你的真实身份。

有个道理我已经跟你说过许多次，现在我要再说一遍：生活的一切都是礼物，一切都是完美的，它们是完美的工具，创造了完美的机会，让完美本身进入你、化为你、通过你而得到完美的表现。

明白这个道理以后，你将处于持续的感恩状态之中。也就是说，你将会持续成长，因为感恩意味着成长，而成长则意味着你将变得比原来更优秀。

其实你不仅在面对任何境况的时候都可以选择和控制你的情绪，甚至在遭遇一种境况之前，你也能够这么做。

也就是说，你可以预测你的生活将会出现什么样的状况，然后事先决定到时候应该让你的能量朝哪个方向流动，应该拥有什么样的情绪。

达到这种大师境界以后，在遇到意料之外的生活境况时，你也将能够做出相同的选择。

这样你将不再和生活中的各种幻觉发生冲突，你将能够因应这些幻觉，根据它们去决定自己的身份。

我已经在《与神对话》（全三卷）、《与神为友》和本书中，也在其他许多时候通过其他许多信息源，详细地解释了如何做到这一点。此处只是简单提醒你们忆起这个事实。

忆起如何照顾身体和控制情绪之后，你现在可以踏出和内在造物主相遇的第三步了。

# 19.培育自觉

你已经准备得差不多啦，现在你只要自觉地与内在造物主相遇，便能经验与神的合一。

你可能在身体上或者精神上经验到这种相遇，也可能两个方面同时经验到。你也许喜极而泣，兴奋得浑身发抖，或者因为狂喜而前后摇摆。或者有朝一日，你只是安安静静地恍然大悟，默默地意识到你现在已经知道。

你知道什么是幻觉，什么是真相。

你知道自己是什么，神又是什么。

你理解了太一，也理解了太一的个体化。

你理解了一切。

这种恍然大悟的状态可能一直陪伴着你，也可能来了又走。它留下，别得意忘形；它离开，别垂头丧气。只要察觉现在的情况，然后选择接下来要经验的状态就可以了。

其实就算是大师，偶尔也会选择不去经验他们的大师状态——有时候是为了再次醒悟的欢乐，有时候是为了唤醒其他人。而在这个喜欢审判的世界里，你们总是认为这样的事情不应该或者不可能发生在他们身上，除非他们不是“真正的大师”。

因此，不要审判，也不要谴责。因为大师未必是隐居山巅的世外高人，也可能是你今天遇到的某个人，比如说街道上拾荒的老妇，或者公园里抢劫的壮汉。实际上，大师很少以世外高人的面貌出现。大师如果以大师的样子出现，那么他们很少得到认可，往往只会遭受痛斥。对你影响最大的，通常是那些行走在你周围、貌似普通人的大师。

所以要注意，因为你不知道你的大师什么时候会来。他来的时候，你甚至有可能选择称他为罪犯，因为他违背了你们社会最神圣的法律和风俗，并因此被钉在十字架上。

然而事后你们将会努力想要忆起他说过的每一句话。

假如你达到大师境界，哪怕只有部分时间达到那个水平，你的社会可能也会审判你，责罚你，把你钉在十字架上。原因是其他人会害怕你，因为他们担心你知道了一些他们不知道的东西，或者因为你质疑了某些他们自以为知道的东西。正是这种害怕将观察变成审判，将审判变成愤怒。

这个道理我已经告诉过你。愤怒就是得到宣示的害怕。

别人之所以愤怒，是因为他们不知道自己的身份，也不知道你的身份。所以你内心的大师将会原谅他们，明白他们不知道自己在干什么。

这就是宽恕，也是表现和经验你内心的神性的关键。

你要宽恕那些你认为并不神圣的东西，否则你非但无法看见自己内心的神性，也将无法看见别人身上的神性。

宽恕是知觉的扩张器。

只有为了那些不属于你和别人的东西宽恕自己，你才能经验到自己和别人的本质。到时你将明白宽恕本身其实不是必需的。因为谁来宽恕谁呢？又有什么需要宽恕的呢？

我们所有人是一体。

这个真相蕴含着极大的安宁和宽慰。我赐给你安宁。安宁与你同在。

在灵魂的语言里，宽恕是安宁的同义词。

从现实这个你想象出来的梦境中苏醒之后，你将会深深地理解这个道理。

你苏醒的时刻随时都会到来，随便哪个人都有可能将你唤醒。因此要珍惜所有的时间，要尊重所有的人，因为你获救的时刻也许就在眼前。你能够和幻觉相处、却又不受幻觉蒙蔽的时候，就是你获救的那一刻。

在你的生活中，这样的时刻不止一个。实际上，你的生活之所以被创造出来，就是为了给你带来这样的时刻。

这些是你的恩宠时刻，到时你将得到澄明和智慧、爱和理解、指导和洞见，也会将这些送给别人。

这些恩宠时刻将会永远改变你的生活，通常也会改变别人的生活。

本书带给你的，正是这样一个恩宠时刻。所以你能够接受和深刻理解目前的交流。

这是某种形式的与造物主相遇。

这次相遇来自你的自觉，来自你开放的心态，来自你的宽恕，也来自你的爱。来自你对自己、对别人和对生活的爱。

是的，它来自你对我的爱。

正是对神的爱，把神带给了你。正是对自己的爱，让你意识到你自己身上的神性，从而明白神不是从外面来的，而是一直在你内心。因为神从来不曾离开你，神永远是你的一部分。

造物主和造物不是分离的。爱与被爱也不是分离的。分离不是爱的本质，不是神的本质。

分离也不是你的本质。你不曾和任何东西、任何人分离，更不曾和神分离。

你从一开始就知道这一点。你永远明白这一点。现在你终于允许自己去经验它，去拥有真正的恩宠时刻，去与神合一。

与神合一这种状态是什么样的？如果你现在处于那种经验的边缘，那么你已经知道答案。如果你曾在冥想时短暂地与神相连，那么你已经知道答案。如果你曾有过愉悦得令人难以置信的身体经验，那么你已经知道答案。

在与神合一的状态中，你将暂时丧失一切个人身份认同。然而你将不会觉得这是损失，因为你将明白，你只是实现了你的真实身份。也就是说，你切实地感受到你的真实身份。你把它变成了真实的东西。

你将会沉浸在难以言喻的极乐和高雅尊贵的喜悦之中。你将会觉得自己和爱、和万物融为一体。别的东西将再也不会让你感到满足。

有过这种经验以后，人们将会过上新的生活。他们发现自己爱上了看到的每一个人。他们在无数神圣合一的时刻经验到自己和其他所有人是一体。

他们的思想境界得到提升，又怀着深深的感恩之心，所以就算受到最

细微的刺激，也会情不自禁流下欢乐的眼泪。他们对周遭所见的一切有了全新的清楚认识，整个人因而发生了变化。他们往往变得走路更缓慢，说话更小声，行动更温柔。

这些和其他变化可以持续几小时、几天、几个月或者几年，甚至持续终生。这种经验的长短纯粹是个人选择。但如果没有得到及时更新，这种经验也会渐渐消失。一个人离光源越远，光线就越黯淡；同样道理，一个人离合一的状态越久，合一的极乐就越微弱。

要留在光线里，人们必须靠近光源。要留在极乐里，人们也必须常常处在合一的状态中。

所以我才敦促你们，尽管你们目前仍生活在幻觉之中，但每天都要尽量做一些提升思想觉悟的事情，比如说冥想、锻炼、祈祷、阅读、写作、听音乐等等，反正你们觉得什么有用就做什么。

然后你们将会来到至高的神圣境地。你们将会感到情绪很高涨，觉得自己、别人和生活中的一切都很高尚。

到时候你们也将为生活创造出前所未有的贡献。

## 20.造物主的消息

有过一次与内在造物主相遇的经验之后，你将会忆起造物主的消息，因为它就是你自己的心的消息。

它就是每次你怀着爱与别人对望时你的心所歌唱的消息。它就是每次你看见苦难时你的心所哭喊的消息。

这是你要送给世界的消息，是你在找到真我之后留给世界的消息。

现在我要把这个消息告诉你，以便你再次忆起它，和所有你接触到的人分享它。

要友善地对待别人。

也要友善地对待自己。

要明白别人和自己不是相互排斥的。

要慷慨地与别人分享一切。

也要慷慨地对待自己。

要知道，只有和自己分享，你才能与别人分享。因为你无法送给别人你自己没有的东西。

要温柔而真诚地对待别人。

也要温柔而真诚地对待自己。

真诚地对待你自己，然后你必然，像夜之随昼那样必然，无法虚伪地对待别人。

要永远记得，为了不背叛别人而背叛自己，其实也是背叛，而且是最高的背叛。

要永远记得，爱是自由。你不需要用任何其他词汇来定义它。你不需要任何其他想法来理解它。你不需要任何其他行动来表现它。

你对爱的真正定义的追寻到此为止。现在唯一的问题是，你能不能把这份爱的礼物送给自己和别人，就像我把它送给你那样？

所有表现自由的系统、协议、决定和选择都表现了神。因为神就是自由，而自由就是得到表现的爱。

要永远记得，你的世界是一个幻觉的世界，你看到的东西没有哪样是真实的，你可以利用幻觉去经验美妙的终极实在。其实这正是你来到这里要做的事。

你生活在一个自己创造出来的梦境里。让它成为持续终生的梦吧，因为它本来就是。

请梦想一个这样的世界：在这个世界里，你内在的神性不曾遭到否认，你也不再否认别人内在的神性。从今往后，你们要用Namaste来彼此问候 [1] 。

请梦想一个这样的世界：在这个世界里，爱是每一个问题的答案，是每一种境况的回应，是每一个时刻的经验。

请梦想一个这样的世界：在这个世界里，生活，以及支撑生活的一切，具备最高贵的价值，接受最尊崇的敬重，得到最充分的表现。

请梦想一个这样的世界：在这个世界里，自由变成了生活最高的表现，没有谁试图限制自己声称爱着的别人的自由，所有人都可以充分地、真实地去表现他们的存在有多么光荣。

请梦想一个这样的世界：在这个世界里，所有人都能获得同等的机会、同等的资源和同等的尊严，因而所有人都能同等地经验生活无可比拟的神奇。

请梦想一个这样的世界：在这个世界里，人们不再相互审判，爱不再附带着诸多条件，而害怕不再被视为尊敬的一种方式。

请梦想一个这样的世界：在这个世界里，差异不会引起分裂，个体表现不会导致分离，整体的伟大反应在部分的伟大之中。

请梦想一个这样的世界：在这个世界里，资源是永远足够的，人们彼此分享一切，通过实际行动表明他们领悟了这个道理。

请梦想一个这样的世界：在这个世界里，苦难再也不会被忽略，偏狭再也不会被表现，而且再也没有人会经验到仇恨。

请梦想一个这样的世界：在这个世界里，自大被抛弃，等级观念遭到废除，而无知终于被还原成幻觉，从每个人的现实中消失。

请梦想一个这样的世界：在这个世界里，错误不会导致耻辱，懊恼不会引起愧疚，审判不会造成谴责。

请梦想所有这些，以及更多的东西。

你会选择它们吗？

如果会，就让它们从梦想变为现实。

请用梦想的力量，去终结现实的噩梦。

你可以选择这个。

你也可以选择幻觉。

我曾经通过许多诗人、领袖和哲学家之口告诉你们：有些人认为事物是一成不变的，然后说“何以如此”；有些人认为事物是可以改变的，然后说“何不试试”。

你会怎么说呢？

[1] 参见第9章注释1。

# 21.把握恩宠时刻

现在你应该做出决定。现在到了选择的时候。你，以及你们人类，已经来到一个十字路口。

你们要选择在接下来几天、几个星期、几个月和几年里，你们想要在地球上过着什么样的生活，或者说你们到底还要不要在地球上生活。

你们可以选择继续生活在你们亲手创造的、非常逼真的幻觉里。你们也可以选择走出幻觉，识破幻觉的本质，利用幻觉来经验地球上的天堂，经验你们的真实身份的终极实在。

这就是我要告诉世人的消息：

你们可以创造一种全新的文明。你们可以追求一个更新的世界。选择权在你们手上。而时机就在当下。这是你们的恩宠时刻。

利用这个时刻。

把握良机。

首先你要幡然醒悟，明白你自己的真实身份，要赞美曾经的你和现在的你。在这个恩宠时刻，你要选择去成为你原本不敢梦想成为的人，去做那些你原本以为自己做不到的事，去忆起没有什么事是你做不到的。

要把你自己看成一道将会照亮世界的光。请宣布你自己将要成为一道这样的光。先向你的心宣布，然后，通过你的心，向所有人宣布。让你的行动成为你的宣言。请用爱填满你的世界。

请认识到你是众人期盼已久的救主，你要拯救每个你接触过的人，让他们不再否定他们的身份的神奇，不再否定他们永远与神合一的光荣。

要知道，无论走到哪里，你的任务都是治病救人。你来到这里没有别的原因。

你走在通往大师境界的道路上，现在是时候继续前进了。请拥抱这个神圣的时刻。这就是我的消息，下面我还要告诉你更多。

要入世，不要避世。灵修不意味着找到洞穴永远躲起来。关于这个世界，你要入乎其中而超乎其外。要和幻觉共处，但不要生活在幻觉之中。不要抛弃幻觉，不要遁迹空门。那不是改造世界的方法，也不是经验最好的你的办法。

请记得世界是为你而造的，它提供了一个背景，让你能够经验你的真实身份。

现在是该行动起来啦。如果你们继续不问世事，只顾忙着日常生活中的鸡零狗碎，从不参与那些试图让世界变得更美好的运动，那么你们创造出来的这个世界很快就会分崩离析。

看看你身边的世界。感受你的热情。让它告诉你，周遭世界有哪个部分是你希望重新创造的。然后利用你已经拿到的工具，开始重新创造它。请利用你们自己社会的工具，包括各种宗教的、教育的、政治的、经济的和灵性的工具。你可以用这些工具来发出声明，宣示你的身份。

别以为灵性和政治不能混合。政治就是得到展示的灵性。

别以为经济和灵性毫无关系。你们的经济揭露了你们的灵性。

别以为教育和灵性可以而且应该分离。因为教育决定你们的本质——如果这不是灵性，那还有什么是？

别以为宗教和灵性不是一回事。灵性在身体、精神和灵魂之间修起了桥梁。所有真正的宗教应该修筑的是桥梁，而不是高墙。

去成为桥梁的建造者吧！去弥合不同宗教、文化、种族和国家之间的裂痕。去修复四分五裂的局面。

要尊重你们在宇宙中的家园，好好看管它。保护和拯救你们的环境，更新和分享你们的资源。

如果神是光荣的，那么每个人都是光荣的。要看到每个人内心的神，并帮助每个人看到他们自己内心的神。请永远结束你们的分裂和敌对、竞争和搏斗、战争和杀戮。终结它们，让它们不再发生。所有文明的社会终将做到这一点。

这就是我的消息，下面我还要告诉你更多。

如果你们真的渴望经验到想象中最美好的世界，那么你们必须无条件

地去爱，自由地去分享，坦诚地去交流，齐心协力地去创造。那将是一个没有阴谋诡计、没有爱的条件、没有囤积居奇的世界。

你们必须坚定地相信，你们所有人真的是一体的，助人即是助己，损人即是损己，为人即是为己，负人即是负己。

你们能够依照这个信念去行动吗？人类能够如此辉煌吗？

能的。我告诉你，能的，绝对能的！

别担心到时候没有足够的“非你”来创造一个可以经验你的真实身份的背景场。整个宇宙都是你的背景场！你所有的记忆也是。

你们当中的长者和智者常常提议树立纪念碑，创设特殊的节日和庄严的仪式，以便纪念你们的过去，包括你们的战争、大屠杀和所有耻辱的时刻。为什么要纪念这些？你们也许会问。为什么要重提旧事？那些长者会说：“以防我们忘记。”

他们的建议比你们所知道的还要明智，因为在记忆中创造出一个背景场以后，你们就无需在当下也创造一个。你们真的可以说“再也不要这样了”，而且能够说到做到。在宣布这句话的时候，你们用耻辱时刻创造了恩宠时刻。

你们人类能够做出这个宣言吗？人类能够做到自身曾有过的每一个想法、曾说过的每一句话、曾做过的每一件事，无不反映了神的形象和模样吗？人类能够如此辉煌吗？

能的。我告诉你，能的，绝对能的！

其实你们本应如此，生活本应如此，可惜后来你们在幻觉中迷失了自我。

幸好现在为时未晚。真的，还不算太晚。辉煌和神奇如你们，肯定能够做到的。你们能够成为爱。

要认识到我通过一切与你同在。目前这次交流就要结束了，但我们的合作、我们的重新创造和我们的合一永远不会结束。你永远正在与神对话，永远是神的朋友，永远处在与神合一的状态中。

甚至在时间终结以后，我仍将与你同在。我无法不和你同在，因为我就是你，你就是我。这是真相，其他一切都是幻觉。

前进吧，我的朋友，继续前进。这个需要获救的世界正在期待聆听你的消息。

那道消息就是你的人生。

你是生逢其时的先知。因为你今天证明有效的人生道理，到了明天将依然有效。这足以让你成为先知。

你的世界将会因为你选择了改变它而发生改变。你医治的人比你知道的还要多，你的影响过了明天将依然存在。

这一切都是真的，因为你亲身展示了与我合一是多么神奇。要常常与我合一，让我的世界变得平平安安。

请成为我的平安的工具。

哪里有仇恨，就在哪里播种爱。

哪里有伤害，就在哪里播种宽恕。

哪里有怀疑，就在哪里播种信仰。

哪里有绝望，就在哪里播种希望。

哪里有黑暗，就在哪里播种光。

哪里有悲伤，就在哪里播种欢乐。

别追求得到安慰，要主动去安慰。

别追求得到理解，要主动去理解。

别追求得到爱，要主动去爱。

因为爱是你的身份，是你一直以来的本质。它是过去、现在和未来的一切。

你一直在寻找一种可以用来指导你的人生的真相，我在这里把它再次送给你。

去成为爱吧，我的孩子。

成为爱，你前往大师境界的漫漫长路将会结束，而你将会踏上新的旅

途，把别人带到大师境界来。因为爱是你的一切，是我的一切，也是我们原有的本质。

因而，要成为爱。

# 译者附记

1995年，尼尔·唐纳德·沃尔什出版了他的处女作，也就是《与神对话》。这本书迅速风靡全美，在《纽约时报》畅销书排行榜上停留了137周之久。沃尔什先生再接再厉，继续撰写了三十余部作品，这些作品统称为《与神对话》系列图书。我认为这些图书堪称新时代思潮的核心经典，尤其是前五部，能够帮助读者过上更美好的生活。有鉴于此，我在2008年翻译《与神对话·第1卷》后，又陆续向中文读者介绍了《与神对话·第2卷》《与神对话·第3卷》和《与神为友》。

过去十年来，这四部作品在中国产生了巨大的影响，数以百万计的读者从中了解到沃尔什先生提出的一些重要理念，比如：

1.我们所有人是一体；

2.一切皆已足够；

3.没有我们非做不可的事情；

4.我们的道路不是更好的道路，只是另外一条路而已。

这些极具智慧的理念，以及书中其他观点，给许多读者带来了灵感和启发，甚至改变了他们的生活——当然是向好的方向改变。大概正是因为如此，我在网上常看到读者自发推荐这些书，而且这些读者不分性别、年龄和行业；有男的，也有女的；有七十几岁的，也有十几岁的；有学生、白领、商人，也有教授、作家、明星。自从2012年《与神为友》出版以后，还经常有读者来信垂询，亟想知道《与神合一》何时才能和他们见面。其实我的心和他们一样焦急，但由于种种原因，这本薄薄的小书隔了六年才付梓，在这里恳请各位热爱这套书的读者原谅。

正如你们已经看到的，《与神合一》篇幅不长，但在整个《与神对话》系列中却占有重要的位置，因为它是对前面四部作品的总结，最为完整地传达了沃尔什先生的思想。而在我看来，即便先前没有看过《与神对话·全三卷》和《与神为友》，这本小书依然是趣味盎然和引人入胜的，因为它是我见过最好的《金刚经》辅助读物。沃尔什先生对人类十大幻觉的详细剖析，以及对如何利用这些幻觉的建议，极为清楚地诠释了“凡所有相，皆是虚妄；若见诸相非相，即见如来”这一

佛教核心理念。

如果将来没有特殊情况发生，我对《与神对话》系列的译介应该就到这本书为止了。特别感谢尼尔·唐纳德·沃尔什先生，他帮助我在过去十年里，每一天都变成一个自己更满意的人。感谢相关经纪公司、出版机构、印刷发行的工作人员，没有他们的付出，这五本重要作品不可能和中文读者见面。

当然还要感谢你，亲爱的读者，谢谢你怀着和我相同的梦想，因为如果不是想让世界变得更美好，你不会看完这本书，看到这段文字。最后，但愿从现在起，你能够明白，也能够促使更多的人明白，尘世间一切烦恼、苦难、挫败和愤恨都是假象，我们所有人一直生活在欢乐、真相和爱里面。

李继宏
lijihong@hotmail.com
2018年5月13日



你加过神为好友吗

这里有和神的聊天记录

## 与神合一

产品经理 | 杨颖婷
技术编辑 | 顾逸飞
Kindle电子书制作 | 李元沛
出品人 | 吴畏